دكتور «واين دبليو داير»

مؤلف أفضل الكتب مبيعاً "10 Secrets for Success and Inner Peace"

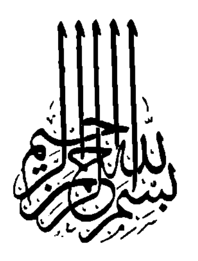


قوة العزيمة

تعلَّم كيف تحقّق رغباتك بطريقة خاصة

مكتبة جرير
JARIR BOOKSTORE
... not just a Bookstore ليست مجرد مكتبة...

قوة العزيمة



قوة العزيمة

تعلَّم كيف تحقق رغباتك بطريقة خاصة

دكتور واين دبليو داير





المركز الرئيسي (المملكة العربية السعودية)

ص.ب ٣١٩٦	تليفون	٤٦٢٦٠٠٠ ١ ٩٦٦+
الرياض ١١٤٧١	فاكس	٤٦٥٦٣٦٣ ١ ٩٦٦+
المعارض الرياض (المملكة العربية السعودية)		
شارع العليا	تليفون	٤٦٢٦٠٠٠ ١ ٩٦٦+
شارع الأحساء	تليفون	٤٧٧٣١٤٠ ١ ٩٦٦+
الحياة مول	تليفون	٢٠٥٧٠١٠ ١ ٩٦٦+
طريق الملك عبدالله (حي الحمرا)	تليفون	٢٧٨٨٤١١ ١ ٩٦٦+
الدائري الشمالي (مخرج ٥/٦)	تليفون	٢٧٥٤٧١٠ ١ ٩٦٦+
القصيم (المملكة العربية السعودية)		
شارع عثمان بن عفان	تليفون	٣٨١٠٠٢٦ ٦ ٩٦٦+
الخبر (المملكة العربية السعودية)		
شارع الكورنيش	تليفون	٨٩٤٣٣١١ ٣ ٩٦٦+
مجمع الراشد	تليفون	٨٩٨٢٤٩١ ٣ ٩٦٦+
الدمام (المملكة العربية السعودية)		
الشارع الأول	تليفون	٨٠٩٠٤٤١ ٣ ٩٦٦+
الأحساء (المملكة العربية السعودية)		
المبرز طريق الظهران	تليفون	٥٣١١٥٠١ ٣ ٩٦٦+
جدة (المملكة العربية السعودية)		
شارع صاري	تليفون	٦٨٢٧٦٦٦ ٢ ٩٦٦+
شارع فلسطين	تليفون	٦٧٣٢٧٢٧ ٢ ٩٦٦+
شارع التحلية	تليفون	٦٧١١١٦٧ ٢ ٩٦٦+
شارع الأمير سلطان	تليفون	٢٣٨٢٠٥٥ ٢ ٩٦٦+
شارع عبدالله السليمان (جامعة بلازا)	تليفون	٦٨٧٢٧٤٣ ٢ ٩٦٦+
مكة المكرمة (المملكة العربية السعودية)		
أسواق الحجاز	تليفون	٥٦٠٦١١٦ ٢ ٩٦٦+
المدينة المنورة (المملكة العربية السعودية)		
جوار مسجد القبلتين	تليفون	٨٤٦٦٧٦١ ٤ ٩٦٦+
الدوحة (دولة قطر)		
طريق سلوى - تقاطع رمادا	تليفون	٤٤٤٠٢١٢ ٩٧٤+
أبو ظبي (الإمارات العربية المتحدة)		
مركز الميناء	تليفون	٦٧٣٣٩٩٩ ٢ ٩٧١+
الكويت (دولة الكويت)		
الحولي - شارع تونس	تليفون	٢٦١٠١١١ ٩٦٥+

موقعنا على الإنترنت www.jarirbookstore.com

للمزيد من المعلومات الرجاء مراسلتنا على :

jbpublications@jarirbookstore.com

إعادة طبع الطبعة الثانية ٢٠٠٨

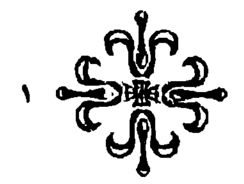
THE POWER OF INTENTION

Learning to Co-create Your World Your Way

Dr. Wayne W. Dyer



المحتويات





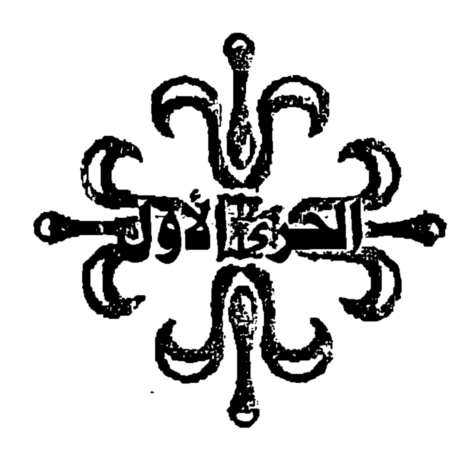
الجزء الثالث : الاتصال

المقدمة

هذا الكتاب الذي تحمله بين يديك وكل المعلومات التي يحويها كانت في يوم من الأيام مجرد فكرة عابرة في مجال غير مرئي يعرف باسم مجال النية أو العزيمة . لقد أدرج كتاب قوة العزيمة في العالم المادي الفعلي بتطبيق كل المبادئ المنصوص عليها هنا بين طيات الكتاب . لقد نجحت في مزج طاقتي المتأججة بالمصادر الأصلية الخلاقة مما سمح لهذه الكلمات والأفكار بالتدفق نحوي بشكل تلقائي . أنت تحمل بين يديك الدليل الذي يثبت أن أي شيء يتراءى لك في عقلك ـ طالما كان هذا الشيء متسقاً مع ناموس الطبيعة والكون ـ يمكن بل ويجب أن يتحقق .

إن كنت تحب أن تعرف كيف يمكن أن يؤثر هذا الكتاب عليك وعلى الطريقة التي تفكر وتشعر وتتعاون بها بعد قراءة وتطبيق محتواه ؛ فإني أحثك على قراءة الفصل الأخير من الكتاب " ملامح شخص متصل بمجال العزيمة " قبل أن تبدأ رحلتك . إن مجال العزيمة هو الأصل الذي نبعنا منه جميعا ؛ أنت وأنا وكل شخص آخر بل والحياة بأسرها . عش من هذا المنطلق وسوف تتعلم كيف تعرف وتطبق قوة العزيمة . أنت تملك مصدراً لا ينضب من الضوء الأخضر أمامك !

ـ دكتور " واين دبليو داير "
٢٠٠٤ ؛ ماوي ؛ هاواي



أساسيات العزيمة

" على حافة نهر تقف شجرة الحياة ، حيث أعيش أنا وأبى فى هذا المكان . حيث أتعلق بالذات الإلهية " .

.. من كتاب " The Essence Gospel of Peace "



الفصل الأول

العزيمة من منظور جديد

" هناك فى الكون قوة هائلة لا يمكن قياسها أو وصفها يطلق عليها الفلاسفة اسم العزيمة . إن كل شيء كائن فى هذا الوجود بأسره يرتبط بهذه العزيمة " .

" ـ كارلوس كاستيندا "

على مدى السنوات العديدة الماضية ؛ استحوذ موضوع العزيمة على اهتمامى مما دفعنى إلى قراءة مئات الكتب النفسية والاجتماعية والروحانية القديمة والحديثة ، والأبحاث الأكاديمية فى هذا المجال . وقد توصلت من خلال بحثى إلى تعريف شائع عن العزيمة بأنه دافع أو هدف قوى يصحبه تصميم على تحقيق النتيجة المرغوبة . ويتميز الشخص صاحب العزيمة بقوة الإرادة التى لا تسمح لأى شيء أن يتعارض مع تحقيق رغبته الداخلية . إن هذا يدفعنى إلى تصور العزيمة على أنها إناء يفيض بالتصميم . إن كنت أحد هؤلاء الذين لا يستسلمون أبداً ويوجد لديهم حافز داخلى يدفعهم إلى تحقيق أحلامهم ، فأنت بلا شك شخص ذو عزم ومقصد . وأنت على الأرجح

صانع للمعجزات كما أنك على الأرجح تفخر بقدرتك على التعرف على الفرص واقتناصها .

على مدى سنوات ؛ ظللت أحمل معتقداً مشابها للعزم . بل إننى فى الواقع كتبت وتحدثت كثيراً عن قوة العزيمة كما وصفتها آنفا . وعلى مدى الربع الأخير من القرن الماضى ؛ شعرت بأن هناك تحولاً فى تفكيرى حيث انتقل تركيزى من الجانب النفسى ، والنمو الشخصى ، إلى التوجه الروحانى فى مجال الشفاء ، وتحقيق المعجزات ، والإبداع ، ومعرفة الحكمة الإلهية .

لم يكن هذا التحول محاولة مقصودة للانفصال عن خلفيتى المهنية والأكاديمية وإنما كان تطوراً طبيعياً نتج بشكل تلقائى لتواصلى الواعى بالروحانيات . إننى أركز الآن من خلال كتاباتى على معتقد مهم وهو أنه يمكن التوصل إلى حلول روحانية للمشاكل بالعيش على مستويات أعلى والاستعانة بطاقات أكثر سرعة . إنى أنظر إلى العزيمة الآن على أنها شىء يتعدى ويفوق كثيراً الأنا أو الإرادة الفردية . إنه شىء يكاد يكون العكس تماماً . ربما أكون قد توصلت إلى هذه القناعة بعدما اختبرت عدة مستويات للأنا فى حياتى الشخصية ، ولكننى أشعر أيضاً بأن هناك عبارتين لـ " كارلوس كاستيندا " كان لهما وقع وتأثير كبيران على نفسى . ففى حياتى العملية فى مجال الكتابة ؛ كثيراً ما أقابل عبارة أو خاطراً فى كتاب ما يدفعنى دفعاً حثيثا إلى تأليف كتاب جديد . كنت قد قرأت هاتين العبارتين لـ " كاستيندا " فى كتابه الأخير " الجانب النشط للأبدية " أو The Active Side of Infinity ؛ بينما كنت فى انتظار إجراء جراحة فى القلب لعلاج انسداد أحد الشرايين المؤدية إلى القلب مما كان يصيبنى ببعض النوبات القلبية البسيطة .

كانت كلمات " كاستيندا " كالآتى : " إن العزيمة هى قوة كائنة فى الكون . عندما يشرع " المصدريون " (أى الذين يعتمدون على المصدر) فى الاستعانة بالعزيمة ؛ فإن هذه العزيمة تأتى إليهم وتفسح لهم الطريق لتحقيق ما يصبون إليه مما يعنى أن " المصدريين " سوف ينجحون دائماً فى تحقيق ما يتطلعون إليه " .

عندما قرأت هاتين العبارتين ؛ بهرنى كمّ ما اعترانى من بصيرة ووضوح فى الرؤية بشأن قوة العزيمة . تصور أن العزيمة ليست شيئاً تقوم به وإنما هى قوة موجودة فى الكون ؛ إنها طاقة غير مرئية ! لم يكن قد سبق لى أن تصورت العزيمة على هذا النحو قبل قراءة كلمات " كاستيندا " .

دونت هاتين العبارتين ؛ ثم طبعتهما على بطاقة معدنية مقواة . واصطحبت البطاقة معى عندما كنت أذهب لإجراء تلك الجراحة البسيطة لتوسيع شريان القلب ؛ وسرعان ما بدأت أتحدث عن قوة العزيمة مع كل الناس . جعلت العزيمة جزءاً من كل حديث وكل خطبة ألقيها . غصت فى هذه الفكرة لكى أستخدمها ؛ ليس فقط لشفائى وإنما أيضا لكى أساعد الآخرين على استخدام قوة العزيمة حيثما ذهبوا وأينما حلوا . إن ما حدث لى كان بمثابة يقظة مفاجئة وكنت مصمماً على توصيل هذه الرؤية للآخرين . لقد بدا واضحاً لى أن التوصل إلى قوة العزيمة سوف يخفف من وطأة كل الأعمال التى تبدو مستحيلة التحقيق وذلك من خلال قوة الإرادة الخالصة .

منذ هذه اللحظة الحاسمة ؛ بقيت هذه الفكرة - قوة العزم - مستحوذة على تفكيرى طوال ساعات يقظتى فى كتبى ومقالاتى وأحاديثى ومكالماتى الهاتفية والموضوعات التى تصلنى من خلال البريد وكل الأعمال التى كنت أبحث عنها فى المكتبات ؛ بدا لى كل شيء وكأنه يدفعنى فى هذا الطريق . وهكذا خرجت بهذا الكتاب : " قوة العزيمة " . أتمنى أن يساعدكم هذا الكتاب على رؤية العزيمة من خلال طريقة جديدة وتوظيفه واستخدامه على نحو يقودكم إلى معرفة أنفسكم كما اقترح " باتنجلى " منذ أكثر من عشرين قرن مضى : " عندما تستيقظ القدرات والقوى والمواهب الكامنة بداخلك ؛ فسوف تحيلك إلى شخص عظيم ؛ أعظم من كل ما حلمت به " .

إن كلمة " القوى الكامنة " هى التى دفعتنى إلى الكتابة عن العزيمة . لقد كان " باتنجلى " يشير إلى قوى بدت إما غير موجودة أو ميتة ، كما كان يشير أيضاً إلى الطاقة القوية التى يشعر بها الشخص عندما يتعرض إلى مصدر إلهام . إن سبق لك وتعرضت لمثل هذا الإلهام من خلال غاية معينة أو نداء ما فأنت بالطبع تعرف المقصود بتأثير الجانب الروحى على النفس .

إن " الإلهام " هو المقصود بالروحانية . لقد فكرت ملياً وطويلاً فى فكرة التوصل إلى تلك القوى الكامنة لكى تساعدنى فى المواقف المهمة فى حياتى لكى أحقق كل أهدافى المرغوبة . ما هى هذه القوى ؟ أين تكمن ؟ من الذى يستفيد منها ؟ من الذى لا يمكنه الوصول إليها ؟ ولماذا ؟ لقد دفعتنى كل هذه الأسئلة وغيرها إلى البحث وتأليف هذا الكتاب ومن ثم التوصل إلى رؤية جديدة مختلفة كلية عن العزيمة .

حتى هذه اللحظة ؛ وبينما أعبر عن مدى حماسى لهذه الحقيقة التى بقيت غائبة لفترة طويلة ؛ أنا متأكد من أن العزيمة قوة نحملها جميعاً بداخلنا . إن العزيمة هى مجال طاقة يتدفق بشكل غير مرئى على نحو يفوق نطاق أنماطنا اليومية الاعتيادية الطبيعية . إنها قوة كائنة وموجودة حتى قبل قدرتنا على التصور الفعلى . نحن نملك الوسيلة التى تقدر على اجتذاب هذه الطاقة وتفعيلها فى حياتنا على نحو مثير وجديد .

أين يكمن هذا المجال المسمى بالعزيمة ؟

يعتقد بعض الباحثين البارزين أن ذكاءنا وإبداعنا وخيالنا يتفاعل كل منها مع طاقة مجال العزيمة أى أنه ليس مجرد أفكار أو عناصر موجودة فى عقولنا . يعتقد العالم الكبير " ديفيد بوم " الذى يكتب فى مجال الكلية والنظام الضمنى أن كل المؤثرات والمعلومات توجد بالفعل فى مجال غير مرئى ، أو فى واقع أعلى ، ويمكن استدعاؤه فى وقت الحاجة . لقد عثرت على آلاف من الأمثلة لمثل هذه الاستنتاجات من خلال أبحاثى وقراءاتى . إن كنت من المعنيين بالدليل العلمى ؛ فإننى أنصحك بقراءة كتاب The Quest for the Secret Force of the Universe للكاتبة " لين ماك تاجرت " . إن كتابها يزخر بالدراسات التى تؤيد وجود بعد أعلى وأكثر سرعة للطاقة ، أو وجود مجال العزيمة الذى يمكن لأى شخص الوصول إليه واستخدامه .

إن إجابة السؤال الذى بدأنا به " أين يكمن هذا المجال المسمى بالعزيمة ؟ " هو أنه ليس هناك مكان لا يكمن فيه هذا المجال ؛ لأن كل

شيء فى الكون يملك عزماً بداخله . إنهـا حقيقـة تنطبـق علـى كـل أشـكال الحياة ، سواء كان داخل أكثر الوحوش شراسة أو داخل أكثر الزهور رقة أو حتى داخـل الجبـال الراسـية . إن البعوضـة تملـك مثـل هـذه العزيمـة فـى طبيعتها وبنيتها وخبرتها فى الحياة . إن ثمرة البلوط الضئيلة التى قد تبـدو لك على أنها مجردة من أى طاقة مرئيـة للـتفكير أو إعـداد خطـط مسـتقبلية تملك هذه العزيمة غير المرئيـة . أنـت إن قطعـت ثمـرة البلـوط ، فلـن تـرى شجرة عملاقة ولكنك تعرف أنها موجودة . سوف تبدو لك زهرة ثمرة التفـاح فى الربيع مجرد زهرة صـغيرة جميلـة ، ومـع ذلـك فإنهـا تحمـل بداخلـها العزيمة على التحول إلى ثمرة تفاح فى فصل الصيف . إن العزيمـة لا تعـرف الخطأ . إن ثمرة البلوط لن تتحول بحال مـن الأحـوال إلى يقطـين ، كمـا أن ثمرة التفاح لن تتحول أبداً إلى برتقـال . إن كـل مظهـر مـن مظـاهر الطبيعـة يملك بلا استثناء عزماً متأصلاً بداخله ، كما لا يوجد شيء نعرفـه يمكـن أن يضل طريقـه مـن خـلال هـذه العزيمـة . إن الطبيعـة تتطـور بشـكل طبيعـى بالتنسيق والتوافق مع العزيمـة . كمـا أننـا نحـن أيضـاً نملـك هـذه العزيمـة النابعة من هذه الطاقة .

هناك ما يطلق عليه البعض اسم " صورة المستقبل " الكامنة فـى الحمـض النووى الذى يحمله كل منا وهو جـنين فـى بطـن أمـه . فـى اللحظـة التـى يحـدث فيهـا الحمـل ، عنـدما يتحـد الحيـوان المنـوى المتنـاهى الصـغر بالبويضة ، تبدأ الحياة فى شكلها المادى ، وتبدأ العزيمة فى توجيـه وإدارة عملية النمو . إن بنية أجسامنا وملامحنـا البدنيـة ونمونـا حتـى شـيخوختنا تكمن فى هذه اللحظة التى يحدث فيها الحمل . فترهل جلودنا وما يصـيبنا من تجاعيد وحتى لحظة وفاتنا ، كل هذا يكمن فى لحظة حدوث الحمـل . ولكن انتظر ، ما الذى يحدث تحديداً فى لحظة حدوث الحمـل ؟ مـن أيـن تبدأ هذه الحياة وليدة العزيمة ؟

عندما نتتبع ونـتفحص تلـك البـذرة أو البويضـة فـى محاولـة لاكتشـاف الأصل والتعرف عليـه ، عنـدما نتحـرك صـوب الخلـق ، سـوف نجـد أولا الجزيئات ثم الذرات ثـم الإلكترونـات ثـم الأجسـام الناجمـة عـن جزيئـات الذرات . نحـن فـى النهـاية إن جمعنا كل هذا الكم من جـزيئات الـذرات

وسرعنا من تفاعلها معاً وصدمناها ببعضها البعض فى محاولة لوضع أيدينا على أصل الحياة ؛ فسوف نكتشف ما خلص إليه " أينشتين " وغيره من العلماء المعاصرين له وهو أنه لا توجد جزيئات فى الأصل وإنما توجد طاقة خالصة نقية حرة غير قابلة للقياس أو الملاحظة . إنها طاقة غير مرئية ؛ بلا شكل أو حدود . وهذا يعنى أننا فى الأصل طاقة بلا شكل ؛ إن هذه الطاقة الروحانية المتأججة عديمة الشكل هى مكمن العزيمة . يمكننى أن أقول على نحو أكثر حسماً إننى أدرك تماماً أنها موجودة ، بما أنها على نحو ما نجحت فى اختراق ذرة تجمع بين الحيوان المنوى والبويضة واتخاذ قرار بإصابتى بالصلع بعد مرور خمسة وعشرين عاما .... و بنمو الشعر فوق أنفى وأذنى بعد خمسين عاماً مع عدم قدرتى أنا (المراقب) على فعل أى شيء سوى المراقبة وإزاحة هذا الشعر !

إن هذا المجال الخاص بالعزيمة لا يمكن وصفه بالكلمات ؛ لأن الكلمات نفسها تنبع من المجال تماماً مثل الأسئلة . إن هذا المكان الذى ليس له مكان هو العزم ؛ وهو ما يتحكم فى كل شيء خاص بنا . إنه هو الذى يعمل على نمو أظافرنا والتحكم فى ضربات قلوبنا وهضم طعامنا وتأليف كتبنا . إن هذه الطاقة هى التى تحرك كل شخص ؛ وكل ما فى هذا الكون . وهذا يذكرنى بقصة صينية قديمة أحبها كثيراً ؛ لـ " تشانج تزو " .

> يحكى أنه كان هناك تنين ذو ساق واحدة يدعى " هوى " ؛ سأل التنين أم الأربع والأربعين : " بالله عليك ، كيف تملكين القدرة على السير على كل هذه الأقدام بينما أستطيع بالكاد أن أسير على ساق واحدة فقط ! ؟ "
>
> فأجابته قائلة : " إننى فى واقع الأمر لا أتحكم فى سيقانى الأربع والأربعين " .

هناك مجال غير مرئى ولا يملك شكلاً يتحكم فى كل هذا . إن العزيمة تتجلى فى هذا الكون من خلال ملايين الطرق فى الحياة المادية ، كما أن كل ما فيك ؛ وكل جزء منك بما فى ذلك روحك ، وأفكارك ، ومشاعرك ،

وبالطبع جسدك المادى يشكل جزءاً من هـذه العزيمـة . وهـذا يعنـى أنـه إن كانت العزيمة تتحكم فى كل شيء فى الكون وإن كانـت موجـودة فـى كـل مكان بمعنى أنه لا يوجد مكان لا تتواجد فيه ؛ فلم يشعر الكثير منـا غالبـاً بأنه منفصل عن هذه الطاقة ؟ والأهم من ذلك ؛ إن كانت العزيمة تحدد كل شيء ؛ فلم يفتقد الكثير منا أكثر مما يحب أن يحصل عليه ؟

معنى التواجد الكلى للعزيمة

حاول أن تتصور أن هناك قـوة موجـودة فـى كـل مكـان . بمعنـى أنـه لا يوجد مكان يمكنك أن تذهب إليه تكون فيه هذه القوة غـير موجـودة . إنهـا قوة لا يمكن تقسيمها كما أنها سوف تكون متواجـدة فـى كـل شـيء تـراه أو تلمسه . والآن وسع نطاق وعيك لهذا المجال أو الجانـب اللانهـائى للطاقـة فيما يتخطى حدود عالم الشكل والحدود . إن هذه القوة الهائلة غـير المرئيـة موجودة فى كل مكـان أي أنهـا تشـمل الجانـب المـادى وغـير المـادى . إن جسمك المادى يمثل جزءاً واحداً فقط من كلك النابع مـن هـذه الطاقـة . فـى لحظة حدوث الحمل ؛ تشرع العزيمة فـى التحـرك لتحديـد شـكلك المـادى والكيفية التى سوف تنمو بها والكيفيـة التـى سـوف تهـرم بهـا . كمـا أنهـا تحـدد جوانبـك الجسـمانية الماديـة بمـا فـى ذلـك مشـاعرك وأفكـارك واسـتعداداتك . فـى هـذه اللحظـة ؛ تكـون العزيمـة طاقـة لانهائيـة تنشـط وجودك المادى وغير المادى على الأرض . لقد تشكلت من هذه الطاقة المطلقة وبهذا أصبحت موجوداً فى المكـان والزمـان . وبمـا أنهـا طاقـة مطلقـة كليـة موجودة فى كل مكان ؛ فإنك تملك القدرة على التواصل معهـا بعـد وصـولك المادى إلى الأرض ! إن الطريقـة الوحيـدة لتثبـيط هـذه الطاقـة الكامنـة هـى إيمانك أو اعتقادك بأنك منفصل عنها .

إن تنشيط العزيمة يعنى الاتحاد بمصدرك أو أصلك والتحـول إلى شـخص يعيش فـى انسـجام مـع هـذا المصـدر . إن هـذا التحـول يعنـى الوصـول إلى مستوى من الوعى يمكنك من تصديق إمكانية تحقق الأشياء التى كانت تبـدو مستحيلة التحقق . وقـد عـبر " كـارلوس كاسـتيندا " عـن ذلـك بقولـه " إن

مهمة الشخص الذى يعيش فى انسجام مع المصدر كانت مواجهة الأبدية (العزيمة) ومن ثم كان هذا الشخص يندمج مع المصدر يومياً كما يغوص الصياد فى البحر " . " إن العزيمة هى قوة موجودة فى كل مكان ؛ كأحد مجالات الطاقة ؛ إنها طاقة لا تقتصر على النمو المادى . بل هى أيضاً مصدر للنمو غير المادى . إن هذا المجال موجود هنا ، والآن ، وهو متاح لك . عندما تسعى لتنشيطه ؛ سوف تشعر أن حياتك لها هدف كما أن ذاتك اللانهائية هى التى سوف تتولى قيادتك . إليك الطريقة التى عبر بها أحد المعلمين الروحانيين عما أطلق عليه اسم " العزيمة " :

يا إلهى ؛ ما كل هذا الجمال فى ذرات الرمال
وفى التيارات المائية
إننى أنحنى تبجيلاً لكل هذا الجمال
ما كل هذا الجمال فى تلك الصخور الصغيرة
فى اتساع هذا البحر الشاسع
إننى أنحنى تبجيلاً لكل هذا الجمال
يا إله السماوات والأرض والعالمين
ما كل هذا الجمال فى هذه التربة الخصبة
فى كل هذه الأماكن المزدحمة التى تعج بالخيرات
إننى أنحنى تبجيلاً لكل هذا الجمال

شعر دينى

حينما تنحنى تبجيلاً لعظمة الله والتى تمثلت فى كل مظاهر الجمال الموجزة فى هذه القصيدة ، ستدرك أن طاقة العزم تتدفق بداخلك وتحفزك على تحقيق ما تبتغيه فى حياتك .

كيف شعرت بأنك منفصل عن العزيمة ؟

إن كانت هناك قوة كلية للعزم لا تكمن بداخلى أنا فقط وإنما تكمن داخل كل شيء وكل شخص ، فهذا يعنى أن هذا المصدر السائد سوف يربطنا بكل شيء وكل شخص ، وكل ما نتمنى أن نكون عليه ، وكل ما نتمنى أن نحصل عليه ، وكل ما نرغب في تحقيقه ، وكل شيء فى هذا الكون سوف يساعدنا . إن كل ما يلزمنا هو استعادة تواؤمنا مع هذه العزيمة المانحة للطاقة . ولكن كيف انفصلنا عنها فى المقام الأول ؟ كيف خسرنا قدرتنا الطبيعية على الاتصال ؟ إن الأسود ، والأسماك ، والطيور ، لا تنفصل عن هذه الطاقة . إن عالم الحيوان والنبات والمعادن يبقى فى حالة اتصال دائم بالمصدر . إنه لا يشك فى هذه العزيمة . أما نحن البشر ؛ بقدرتنا العقلية التى من المفترض أن تكون أعلى من باقى الكائنات الحية ؛ فنملك شيئا آخر نرجع إليه . إنه الأنا ؛ أى فكرتنا عن ماهيتنا وكياننا .

يتألف الأنا من ستة مكونات أصلية أساسية هى المسئولة عن إبعادنا عن العزيمة . إن السماح للأنا بتحديد مسار حياتنا ؛ يشل طاقة العزيمة . إليك ؛ باختصار ؛ المفاهيم الستة الأساسية للأنا . لقد استفضت فى شرحها بشكل أكبر فى العديد من كتبى السابقة ؛ وخاصة فى كتاب Your Sacred Self .

١. أنا ما أملك . أى أن ممتلكاتى هى ما تُعَرِّفنى .

٢. أنا ما أفعل . أى أن إنجازاتى هى ما تعرفنى .

٣. أنا كما يرانى الآخرون . أى أن سمعتى هى ما تعرفنى

٤. أنا منفصل عن الجميع . أى أن جسمى هو ما يعرفنى ويحددنى كشخص .

٥. أنا منفصل عن كل ما هو مفقود فى حياتى . أى أن حياتى منفصلة عن كل رغباتى .

٦. أنا منفصل عن الله . أى أن حياتى تعتمد على تقييم الله لقيمتى .

مهما بذلت من جهد ؛ فلا يمكن تقييم العزيمة من خلال الأنا ؛ لذا أمهل نفسك بعض الوقت لكى تعرف وتعيد عملية التكيف مع أى معتقد من المعتقدات الستة السابقة . عندما تضعف هيمنة الأنا فى حياتك ؛ يمكنك عندها أن تبحث عن العزيمة وتزيد طاقتك وإمكاناتك .

التشبث بمقبض الحافلة

إنها إحدى الممارسات التي أجدها بالغة النفع عندما أرغب فى تنشيط العزيمة. قد تجدها أنت أيضاً مجدية بالنسبة لك . (انظر الفصل الثالث الذى يقدم وصفا كاملاً للطرق التى تنشط العزيمة) .

إحدى أقدم الذكريات التى أحملها فى نفسى هى صورة أمى وهى تحمل أبناءها الثلاثة فى إحدى الحافلات للانتقال من الجانب الشرقى من " ديترويت " إلى منتزه " ووتر وركس " . كنت عندها فى الثانية أو الثالثة من عمرى ؛ وأذكر وقتها أننى كنت أشاهد من موضع جلوسى مقابض الأيدى وهى متدلية . كان الكبار فقط هم الذين يملكون القدرة على الإمساك بهذه المقابض . وكان كل ما يمكننى عمله فى هذا الوقت هو تصور نفسى وقد طالت قامتى إلى الحد الذى يسمح لى بالإمساك بهذه المقابض المتدلية التى كانت تبعد عن رأسى بمسافة كبيرة. بل إننى كنت أتظاهر بالفعل بأننى قادر على الإمساك بها . كنت أستشعر بعدها أننى أشعر بالأمان بينما تسير الحافلة لتنقلنى إلى وجهتها مهما كانت وبالسرعة التى تريدها ؛ بينما تقف لتحمل المزيد من الركاب ليشاركونا فى هذه المغامرة الرائعة فى ركوب الحافلة .

وحينما بلغت سن الرشد ؛ أصبحت أستخدم صورة مقبض الحافلة لكى يذكرنى بالعودة إلى العزيمة . أتصور أن هناك مقبضاً متدلياً على بعد ثلاثة إلى أربعة أقدام من رأسى ؛ بعيداً عن نطاق قدرتى لالتقاطه أو حتى القفز للوصول إليه . إن هذا المقبض مرتبط بالحافلة ولكن الحافلة هى التى

أصبحت تمثل بالنسبة لى الآن طاقة العزيمة المتدفقة . إننى إما أن أترك المقبض يفلت منى أو أن أتصور أنه بعيد المنال مؤقتاً . فى أوقات الضغوط والقلق أو حتى الإرهاق الجسدى ، أغمض عينى وأتصور يدى وهى تمتد وتتحرك إلى أعلى وأرى نفسى وأنا أطفو إلى أعلى لكى أمسك بالمقبض . وبمجرد أن أمسك بالمقبض ؛ يعترينى شعور فياض بالراحة والتحرر . إن ما فعلته هو تنحية أفكار الأنا جانباً والسماح لنفسى بالتواصل مع العزيمة وأنا واثق من أن هذه القوة سوف توصلنى إلى حيث أريد أن أذهب ، وأنها سوف تتوقف إن لزم الأمر لكى تلتقط بعض الزملاء المنتظرين على الطريق .

فى بعض أعمالى السابقة ؛ أطلقت على هذا الأمر اسم " الطريق إلى السيطرة " . هناك أربع طرق يمكن أن تكون مجدية بالنسبة لك كخطوات لتنشيط العزيمة .

أربع خطوات نحو العزيمة

تعتمد عملية تنشيط قوة العزيمة لديك على التواصل مع الذات الطبيعية والتحرر التام من إدراك الأنا الكلى . يتم ذلك من خلال أربع مراحل :

١. **الانضباط** : إنها المرحلة الأولى . إن تعلم أية مهمة جديدة يتطلب تدريب جسمك على تنفيذ رغباتك. وهذا يعنى أن التحرر من الأنا أو إدراك الأنا لا يعنى الانفصال عن العلاقة التى تربطك بجسدك وإنما تعنى تدريب جسدك على تنشيط هذه الرغبات . سوف تحقق ذلك من خلال الممارسة والتدريب والعادات غير السيئة والطعام الصحى وهكذا .

٢. **الحكمة** : إنها المرحلة الثانية . الحكمة والانضباط سوف يدعمان قدرتك على التركيز والصبر بينما تعمل على تنسيق أفكارك وذكائك ومشاعرك مع العمل الذى يقوم به جسدك . نحن نرسل أبناءنا إلى المدرسة ونقول لهم " كونوا منضبطين واستخدموا عقولكم " . ونطلق

على هذا الأمر اسم التعليم مع أن هذا هو أبعد ما يكون عن البراعة والاتقان .

٣. **الحب :** إنه المرحلة الثالثة . بعد تحقيق انضباط الجسم مع الحكمة ودراسة المهمة بتدبر ؛ فإن البراعة تنطوى على حب ما تقوم به وفعل ما تحبه . في عالم المبيعات ؛ أسمى هذا بالسقوط فى هوى ما تعرضه ثم بيع حبك وحماسك هذا إلى العميل المرتقب . عندما تقدم على تعلم التنس مثلاً فإن هذا يشمل تعلم تسديد ضربات وفى نفس الوقت دراسة استراتيجيات فنون اللعبة كما يشمل أيضاً الاستمتاع بمشاعر ضرب الكرة والتواجد فى ملعب التنس وكل شيء فى اللعبة .

٤. **الامتثال :** إنها المرحلة الرابعة . إنها محل العزيمة . حيث يكف جسمك وعقلك عن إدارة الدفة ويسلمان نفسيهما إلى العزيمة ." هناك فى الكون قوة لا توصف ؛ قوة غير قابلة للقياس يطلق عليها المتأملون اسم العزيمة . إن كل شيء فى هذا الوجود يرتبط بالعزيمة " . إنها الطريقة التى عبر بها " كاستيندا " عن العزيمة . ما عليك إلا أن تسترخى وتمسك بمقبض الحافلة وتسمح لنفسك بأن تحمل بنفس القوة التى تحيل البذور إلى أشجار ، والزهور إلى ثمار ، والنقاط المجهرية إلى كائنات بشرية . أمسك بمقبض الحافلة المتدلى وأوجد رابطتك الخاصة الفريدة . إن كل شيء بلا استثناء فى هذا الكون الفسيح يحتويك أنت ويحتوى ذاتك المحبة المنضبطة ، الحكيمة ، كما أنه يحتوى مشاعرك وأفكارك . فعندما تمتثل فسوف تشعر بالبصيرة وسوف تتواصل مع روحك اللانهائية . وهنا سوف تقودك قوة العزيمة التى ستصبح رهن أمرك إلى حيث تريد أن تذهب .

إن كل هذا الحديث عن العزيمة والامتثال يمكن أن يقودك إلى التساؤل عن دور إرادتك الحرة فى كل هذا . ربما يوحى إليك ذلك بأن إرادتك الحرة لن تكون موجودة وأنك سوف تفعل كل ما سوف يمليه عليك برنامجك . دعنا نلق نظرة على إرادتك والدور الذى سوف تلعبه فى ظل هذه النظرة الجديدة للعزم . بينما تقرأ الجزأين التاليين كن

متفتحاً واسع الأفق لأنه ربما يتعارض مع كل ما آمنت به طوال حياتك !

التناقض بين عزيمتك وإرادتك الحرة

إن التناقض يبدو للوهلة الأولى أمراً سخيفاً أو متعارضاً حتى إن كان يملك أدلة قوية تدعمه . يمكن وصف العزيمة والإرادة الحرة بأنهما متناقضتان . فهما يتعارضان مع العديد من المفاهيم المسبقة لكل ما هو معقول أو ممكن . كيف يمكن أن تملك إرادة حرة وتترك العزيمة تشكل جسمك وإمكاناتك ؟ يمكنك أن تدمج هذا الانقسام بأن تقرر الإيمان بلانهائية العزيمة وقدرتك على ممارسة إرادتك الحرة . أن تعلم كيف تفكر بشكل عقلانى فى قواعد السبب والنتيجة ، يجب أن يكون تفكيرك موجهاً فى هذا الصدد .

من الواضح أنه يستحيل أن تملك أمرين لانهائيين لأن هذا يعنى أن أياً منهما ليس نهائيا ؛ لأن كلاً منهما سوف يحد الآخر . أنت لا تستطيع أن تقسم اللانهائية إلى أجزاء . إن اللانهائية هى فى الأساس وحدة ؛ استمرارية ؛ كل متكامل تماما مثل الهواء فى منزلك . أين يبدأ هواء المطبخ ويبدأ هواء غرفة المعيشة ؟ أين ينتهى الهواء داخل منزلك ويبدأ هواء الخارج ؟ ماذا عن الهواء الذى تستنشقه ثم تزفره ؟ إن الهواء هو ربما أقرب مثال يمكن أن يوضح فكرة لانهائية وعالمية وكلية الوجود للروح . فى بعض الأحيان ، يجب أن تحلق فى أفكارك لتتخطى فكرة الوجود الفردى إلى فكرة وحدة الوجود الكونى ثم تتخطى الفكرة الأخيرة إلى فكرة الطاقة الكونية . وعندما تفكر فى جزء من وجود كلى فى مكان ما وفى هذا الجزء فى مكان آخر ؛ فهذا يعنى أنك قد فقدت فكرة الوحدة . ويجب أن تُبقى ذهنك متفتحا كما نصحتك من قبل ؛ استوعب هذا جيدا ! فى أى لحظة من اللحظات ، سوف تجد أن كل الأرواح قد ركزت على النقطة التى تركز عليها انتباهك . ولذلك ، فأنت تملك القدرة على دعم الطاقة الخلاقة فى أى وقت من الأوقات . هذا هو عمل إرادتك الحرة .

إن عقلك وأفكارك هما أيضا ثمرة أفكار العقل الروحانى . إن الروح الكونية هذه تسكن أفكارك وإرادتك الحرة . فعندما تنقل أفكارك من الروح إلى الأنا ، يبدو أنك تفقد بذلك التواصل مع قوة العزيمة . إن إرادتك الحرة لا تملك القدرة إلا على التحرك إما مع الروح الكونية بكل أسرارها أو بعيداً عن هذه الروح الكونية صوب استحواذ وهيمنة الأنا . بينما تتحرك الإرادة الحرة بعيداً عن الروح ، سوف تبدو لها الحياة على أنها صراع . سوف تقل معدلات الطاقة التى تتدفق بداخلك وقد تشعر باليأس والعجز والتيه . يمكنك أن توظف إرادتك الحرة لكى تصل إلى مستويات أعلى وأسرع من الطاقة . الحقيقة هى أننا لا نخلق أى شيء بمفردنا ؛فنحن جميعاً مخلوقات الله . أى أن إرادتنا الحرة تجمع وتعيد توزيع ما قد خلقه الله بالفعل . اختر بنفسك ! إن الإرادة الحرة تعنى أنك تملك حق الاختيار بين الاتصال أو عدم الاتصال بالروح !

إذن الإجابة عن الأسئلة التالية : هل أملك إرادة حرة ؟ هل هذه العزيمة تعمل على مؤازرتى باعتبارها قوة كونية مهيمنة ؟ نعم . هل يمكن أن تعيش فى ظل هذا التناقض ؟ إن فكرت فى الأمر ، فأنت تعيش فى ظل التناقض فى كل لحظة من لحظات وجودك . فى نفس الوقت الذى يعيش فيه جسدك فى ظل بدايات ونهايات ، فى ظل حدود وقيود ، فى ظل مساحة زمنية ومكانية محددة ، أنت أيضاً فى نفس اللحظة كائن غير مرئى لا يملك شكلاً أو حدوداً ، كائن يفكر ويشعر . أنت شبح متحرك داخل آلة ، إن صح التعبير . إذن أيهما أنت ؟ هل أنت شيء معنوى أم مادى ؟ هل أنت الطبيعة أم ما وراء الطبيعة ؟ هل أنت الشكل أم الروح ؟ والإجابة هى أنك الاثنان معاً ، على الرغم من أن هذا الأمر يبدو متناقضاً . هل تملك إرادة حرة ، وهل أنت جزء من قدر العزيمة ؟ نعم . ادمج هذا الانقسام ، واخلط المتناقضات ، وعش مع كل هذه المعتقدات . ابدأ بالسماح لروحك أن تعمل بالتضافر معك وبأن تتواصل مع عالم العزيمة .

إذا امتلكت العزيمة ، فسوف تعمل الروح من أجلك !

عندما تعمل إرادتك الحرة بشكل متعمد لكي تعيد التواصل مع قوة العزيمة ، فأنت بذلك تغير وجهتها . سوف يعتريك شعور بالإدراك المحبب والتبجيل للوحدة التي تنشأ بينك وبين الروح من خلال تركيزك الفردى . وأنا أعمد إلى تكرار كلمة عزم أو مقصد لكى تساعدنى على التحرر من التركيز على الأنا والذات . وكثيراً ما أفكر في الكلمات التالية المأخوذة عن كتاب " كاستيندا " The Power of Silence " : بعد أن فقد أمله في العودة إلى مصدر جميع الأشياء ، يعمد الشخص العادى إلى مواساة نفسه من خلال الإغراق في الأنانية . وبالنسبة لى شخصياً ؛ فأنا أحاول أن أعود إلى هذا المصدر كل يوم وأرفض أن أكون هذا " الشخص العادى " الذى يصفه " كاستيندا " .

منذ عدة سنوات مضت ؛ قررت أن أقلع عن شرب الخمور . كنت أريد أن أقلع عن الشرب نهائياً لكى أحسن قدرتى على أداء عملى الذى كنت أتوق إلى إنجازه . شعرت بأنه قد تم اصطفائى لكى أعلم الآخرين الاعتماد على الذات وذلك من خلال كتاباتى ومحاضراتى وأحاديثى . كان العديد من أساتذتى قد أوصونى بوجوب الإقلاع عن تعاطى الخمور نهائياً كشرط أساسى لإنجاز هذا العمل الذى تم اصطفائى للقيام به . في المراحل المبكرة من هذا التغير الدرامى في حياتى ؛ شعرت بأن هناك قوة تساعدنى كلما شعرت برغبة ملحة في استعادة عاداتى القديمة وتناول القليل من الجعة كدأبى كل مساء . وفى إحدى المرات ؛ كنت قد وصلت إلى قمة ضعفى وخرجت بالفعل لشراء الجعة ولكننى فوجئت بأننى نسيت النقود . ولم يكن قد سبق لى من قبل أبدا نسيان النقود !

فى الدقائق القليلة التى كنت أقطع فيها طريقى عائداً إلى المنزل لإحضار النقود ؛ أعدت تقييم إرادتى الحرة التى سمحت لى بشراء الجعة واخترت أن أبقى متسقاً مع عزمى . فوجدت ؛ بعد مرور الأسابيع الأولى ؛ أن مثل هذه الأحداث بدأت تحدث بانتظام . كانت الظروف والمقدرات تأخذنى بعيداً عن كل المواقف التى يمكن أن تثير فى نفسى الرغبة فى تناول

الخمور . ربما عن طريق مكالمة هاتفية تخمد رغبتى فى تناول الخمر ، أو نزاع عائلى وهكذا . اليوم ؛ وبعد مرور عقدين كاملين على هذا الحدث ؛ يبدو من الواضح تماماً بالنسبة لى أن قبضة الحافلة المحكمة التى وصفتها فى موضعٍ سابق هى التى قادتنى نحو هدفى من خلال قوة العزيمة . كما أننى أيضاً أنظر إلى إرادتى الحرة على أنها الشريك الذى يتناقض مع قوة العزيمة .

إن إدراكى للعزيمة على أنها قوة يجب أن أستعيد تواصلى معها بدلاً من النظرِ إليها على أنها شىء يجب أن تنجزه الأنا الخاصة بى ، أحدث فارقاً هائلاً فى حياتى وإنجازاتيٍ . إن مجرد إدراكى أن كتاباتى ومحاضراتى تنبع من العزيمة أحدث فارقاً وعاد علىّ بمزايا طائلة لا تقدر . إننى أنبهر بهذه الطاقة الخلاقة كلما نجحت فى إزاحة إحساسى بأهمية ذاتى من طريقى . قبل أن ألتقط مكبر الصوت ؛ أترك الأنا الخاصة بى فى بهو الفندق أو أطلب منها أن تجلس مع جمهور المستمعين . ثم أكرر كلمة عزم لنفسى وأشعر وكأننى أطفو فى عالم العزيمة الحر . وعندما أمتثل وأنصاع أجد سهولة فائقة فى تذكر أدق التفاصيل حتى وأنا فى خضم محاضرتى بدون أن أضل طريقى أو أفقد تواصلى مع جمهور المستمعين . وهنا يذوب إحساسى بالإرهاق ، والشعور بالجوع ، وحتى الحاجة إلى الذهاب إلى المرحاض ! ويصبح كل ما هو ضرورى ولازم لتوصيل الرسالة سهلاً وغير متطلب لأى جهد .

الجمع بين الإرادة الحرة والعزيمة

فى الرياضيات ؛ توصف الزاويتان المتطابقتان بأنهما متماثلتان أو متساويتان تماماً . إن كلمة تطابق لا تعنى هنا الحظ أو الخطأ . وإنما تصف المستوى الأمثل للتوافق . إن الجمع بين الإرادة الحرة والعزيمة ؛ يعنى الانسجام مع العقل الكونى . وبدلاً من أن تُعمل عقلك خارج نطاق هذه القوة التى يطلق عليها اسم العزيمة ؛ فإن هدفك يجب أن يكون ـ بينما تقرأ هذا الكتاب ـ هو أن تعمل دائماً على إيجاد حالة انسجام مع العزيمة . عندما

تبدو لك مجريات الحياة وكأنها تسير ضد رغباتك ومصالحك ؛ وعندما تشعر بأن الحظ لا يحالفك ؛ وعندما تقابل الأشخاص غير المناسبين فى الأوقات غير المناسبة وعندما ترتكب أحد الأخطاء وتسترجع عاداتك القديمة الخاطئة التى تسعى للتخلص منها ؛عندها يجب أن تدرك أنك قد فقدت ذلك الانسجام مع عزمك . ويمكنك أن تستعيد تواصلك على نحو يعيد انسجامك واتساقك مع غايتك بعد ذلك .

وعندما أكتب على سبيل المثال ، أبقى نفسى منفتحاً مع كل الاحتمالات التى تحملها الروح الكونية فتعمل كل أفكارى الشخصية فى تضافر مع القدر لكى تثمر كتاباً نافعاً يفيض بالحكمة . ولكن عندما أعدت حساباتى من جديد فيما يخص الإقلاع عن الخمر ؛ وجدت أننى بحاجة إلى مثال آخر لكى أضيفه إلى هذا الفصل لكى أبرهن على مدى تضافر العزيمة مع مجريات الحياة لتحقيق النتيجة المرجوة .

أخبرتنى ابنتى " سومر " ذات التسعة عشر عاماً مؤخرا بأنها قررت أن تترك عملها كنادلة فى مطعم وبأنها لا تعرف تحديداً ما هى الوظيفة التى تحب أن تشغلها قبل أن تستأنف دراستها فى الجامعة . سألتها عن العمل الذى يشعرها بأكبر قدر من السعادة والإنجاز فأجابتنى بأنه تعليم ركوب الخيل للأطفال الصغار ، ولكنها رفضت فى نفس الوقت العودة إلى المزرعة القديمة التى كانت تعمل بها منذ عام مضى لأنها لم تكن تحظى بالتقدير كما أنها كانت مكبلة بالأعباء ولم تكن تحصل على أجر جيد .

كنت فى هذا الوقت فى " ماوى " أكتب الفصل الأول من هذا الكتاب ، عن المنظور الجديد للعزيمة ، عندما دارت بيننا هذه المكالمة الهاتفية . وهنا استعنت بعزيمتى باعتبارها إحدى القوى الكونية التى لا تقهر وأخبرت ابنتى بأنها بحاجة لاستعادة اتساقها مع أفكارها ، وهكذا . فقلت لها : " كونى منفتحة وعلى استعداد لاستقبال المساعدة التى تودين الحصول عليها وثقى بالعزيمة . فلقد خُلقت من أجلك . ابقى يقظة ، وكونى على استعداد لتقبل أى إرشاد أو علامة تلوح فى طريقك . ابقى فى حالة انسجام حساس مع كل هذه المصادر " .

وفي اليوم التالى ؛ وفي نفس اللحظة التى كنت أبحث فيها عن مثال إضافي للعزيمة لكي أضمنه في هذا الفصل ؛ دق جرس الهاتف ؛ كانت المكالمة من " سومر " ؛ صاحت في حماس : " لن تصدق ما سوف أقوله لك يا أبي " . ولكن بعد أن فكرت ثانية قالت : بلي سوف تصدق بالطبع ما سوف أقصه عليك . هل تذكر حديثك بالأمس عن الاستعداد لتلقى العزيمة ؟ لقد تشككت فى حديثك بل وفكرت أن هذا هو دأب والدى غريب الأطوار ، ولكننى قررت أن أجرب . ثم إذا بعينى تقع على أحد الإعلانات في الشارع مكتوب عليه " دروس تعليم ركوب الخيل " وكان هناك رقم هاتف مدون في الإعلان . كتبت الرقم واتصلت به . فإذا بسيدة ترد على مكالمتى وتخبرنى بأنها ترغب في استئجار مدرب يمكن الاعتماد عليه في تدريب أطفال صغار . وهي تدفع ضعف الأجر الذى كنت أحصل عليه في المطعم . سوف أذهب للقائها غداً . أليس هذا رائعا ؟! " .

رائع ؟ بالتأكيد ؛ إنه أمر رائع ! إننى أعد كتابى وقد كنت أبحث عن مثال جيد أضيفه ، وها قد وصل المثال الجيد في الوقت المناسب فى شكل النصيحة التى كنت قد قدمتها لابنتى فى اليوم السابق . لقد أصبت عصفورين بحجر واحد !

دمج الأفكار الشخصية بالعقل الكونى

تشكل أفكارنا الشخصية نموذجاً أصلياً في العقل الكونى للعزيمة . فأنت لست منفصلاً عن قوة عزيمتك . وبالتالى فعندما تشكل فكرة ما بداخلك وتكون متكافئة مع الروح ؛ فأنت بذلك تخلق نموذجاً أصلياً يصلك بالعزيمة ويحرك رغباتك ويظهرها . إن أى شيء تريد أن تحققه يعتبر حقيقة موجودة ؛ قائمة وحاضرة بالفعل فى الروح . حرر عقلك من الأفكار الخاصة بالشروط والقيود أو احتمال عدم القدرة على تجلى وإظهار رغباتك . إن بقيت الرغبات والأفكار قائمة فى عقلك بدون أن يزعجها شيء وكذلك فى عقل العزيمة فى نفس الوقت ؛ فسوف تتحول هذه الأفكار والرغبات إلى واقع فى العالم المادى .

بعبارة أكثر بساطة يمكن القول بأن كل الأشياء التى قمنا بالدعاء من أجل الحصول عليها ، وآمنا بإمكانية الحصول عليها ، سوف تتحقق بكل تأكيد مهما كانت . إن هذه المقولة تحثك على الإيمان بأن رغباتك قد تحققت بالفعل ، وأنه سوف يتم إنجازها . يجب أن تتأكد من أن دعاءك قد وصل إلى الله بالفعل . تخلص من أى شك بحيث تخلق تجانسا مع العقل الكونى أو العزيمة . عندما تدرك ذلك بلا أى شك ، فسوف يتحقق فى المستقبل . وهذه هى قوة العزيمة عندما تعمل .

سوف أختتم هذا الجزء بكلمات مقتبسة من " ألدوس هوكسلى " أحد كتابى المفضلين : " إن الرحلة الروحانية لا تعنى الوصول إلى وجهة جديدة يكسب فيها الشخص ما لم يكن يملكه ، أو يتحول إلى ما لم يكن عليه . وإنما تعنى تخلص الشخص من جهله بذاته وحياته ، والنمو التدريجى لهذا الفهم الذى يشرع فى إحداث يقظة روحية . إن الوصول إلى الله يعنى العثور على الذات " .

* * *

فى هذا الفصل ، طلبت منك أن تكف عن التشكك فى وجود قوة كونية كلية أطلقت عليها اسم العزيمة وأخبرتك بأن بإمكانك الاتصال بهذه القوة لكى تقودك خلال رحلتك من خلال طاقة العزيمة . إليك بعض الاقتراحات لكى تفعل ذلك فى حياتك .

خمسة مقترحات لكى تطبق الأفكار المدرجة فى هذا الفصل

١. كلما شعرت بأنك ضائع أو تائه أو حتى فى مزاج سيئ ، تصور أنك تمسك بمقبض الحافلة فى عالم العزيمة الذى يبعد قدر ثلاث إلى أربع أقدام عن رأسك . تصور نفسك وأنت تطفو لكى تسمح للحافلة بأن تقودك إلى عزيمتك الموجودة بداخلك . إنها أداة لتحقيق الامتثال فى حياتك .

٢. كرر كلمة عزم أو عزيمة بشكل دائم ؛ عندما تعتريك حالة قلق أو عندما يبدو كل شيء من حولك وكأنه يتآمر عليك ويحول دون أدائك لمهمتك . هذه تذكرة لكى تحتفظ بهدوئك وسكينتك . العزيمة هى روح والروح نعمة صامتة .

٣. أخبر نفسك بأن أمامك مهمة فى الحياة وأن لديك قريناً صامتاً يمكنك أن تتواصل معه فى أى وقت تقرره أنت . عندما تملى عليك الأنا الخاصة بك بما تملكه أو ما يجب أن تفعله ، أو تسعى للمقارنة بينك وبين الآخرين ؛ استخدم قوة الإرادة الحرة لكى تتخلص من هذه الأفكار . قل لنفسك : " لقد خلقت لهدف وغاية ؛ أنا أملك القدرة على إنجاز أى شيء أرغب فى تحقيقه وأن أفعل ذلك بالحفاظ على الانسجام الذى يصلنى بالقوة المهيمنة فى الكون " . سوف تتحول هذه الوسيلة إلى طريقة تلقائية للتجاوب مع الحياة . وسوف تبدأ النتائج المتزامنة فى الحدوث .

٤. تصرف وكأن كل شيء تود أن يحدث قد حدث بالفعل . آمن بأن كل ما تسعى للحصول عليه قد حدث بالفعل ؛ بأنه موجود فى الروح ، وكن على يقين من أن رغباتك سوف تتحقق . أحد أسرارى العشرة للنجاح والسلام الداخلى هو معاملة نفسى وكأننى قد أصبحت بالفعل ما أسعى لأن أكونه .

٥. احفظ هذه المقولة القديمة واحملها معك على مدى عام . إنها تذكرة لقوة العزيمة وكيف يمكن أن تعمل لخدمتك كل يوم وبأية طريقة .

عندما تسير عبر الحقول بعقل نقى طاهر ؛ فسوف يدب فى نفسك وميض كل هذه الأحجار ، وكل هذه الأشياء النامية وكل الحيوانات لتتحول إلى طاقة نقية وشعلة مقدسة داخل نفسك .

* * *

في الفصل التالى ؛ سوف أصف لك كيف تبدو العزيمة حيث يمكنك أن تراها وكيف تبدو أوجه العزيمة . سوف أختتم هذا الفصل بمقولة أخرى مقتبسة من معلم " كارلوس كاستيندا " ؛ وهو " دون جوان ماتيوس " :
" ... إن الروح تكشف عن نفسها لكل شخص بنفس الدرجة والاستمرارية ولكن فقط الفارس هو الذى يملك القدرة على التواصل الدائم مع هذا الكشف " .

إلى كل قارئ وفارس : اترك إرادتك الحرة لكى تتواصل مع قوة العزيمة .

~ * ~ * ~



الأوجه السبعة للعزيمة

" إن أربعة آلاف مجلد لفلسفة ما وراء الطبيعة تعجز عن تعليمنا ماهية الروح " .

- " فولتير "

الانتقال من التفكير فى العزيمة إلى معرفة العزيمة

بالأمس بينما كنت أكتب هذا الكتاب هنا فى " ماوى " ؛ تعرضت للحظة من الكشف سأحاول أن أشرحها لكم . حيث تم انتشال سيدة يابانية كانت تمارس رياضة ركوب الأمواج من البحر ؛ كان جسمها قد انتفخ لفرط امتلائه بماء البحر . انحنيت فوقها مع الآخرين فى محاولة لإعادة تشغيل ضربات قلبها بينما توالت صيحات أصدقائها اليابانيين عندما بدت كل محاولات إنقاذها وإعادة الحياة إليها بلا جدوى . وفجأة انتابنى يقين هادئ بأن روح هذه المرأة تحوم فوق كل محاولاتنا لإنقاذ

حياتها . بينما أخذت أراقب المشهد على الشاطئ ؛ أحسست بوجود طاقة مباركة هادئة ؛ وأيقنت بطريقة أو أخرى بأن هذه المرأة لن تعود إلى الحياة ثانية وأنها لم تعد متصلة بجسدها برغم كل الجهود التى كان يبذلها الكثيرون بمن فيهم أنا .

قادنى هذا الإدراك الهادئ إلى الوقوف وعقد يدى والدعاء لها . وبالرغم من كوننا ننتمى إلى أجزاء مختلفة من أنحاء العالم ؛ ولم تكن هناك حتى لغة مشتركة تجمعنا ومع ذلك فقد شعرت بأن هناك صلة تربطنى بهذه السيدة . شعرت بالسكينة عندما أيقنت أن روحى قد التقت على نحو ما مع روحها فى غموض الطبيعة الانتقالية الفانية لحياتنا المادية .

وبينما سرت مبتعداً ؛ لم يكن ألم الموت قد استحوذ على أفكارى . وإنما بدلاً من ذلك شعرت وعرفت أن رحيل روح هذه السيدة من هذا الجسد الذى تحول إلى جثة هامدة منتفخة كان جزءاً من نظام مقدس مثالى . لم يكن بوسعى إثبات ذلك . لم أكن أملك دليلاً علمياً . لم تكن هذه مجرد فكرة طرأت على بالى وإنما كان يقيناً . هذا مثال لما أطلق عليه المعرفة الصامتة . مازلت أشعر بوجود هذه السيدة حتى بعد مرور أربع وعشرين ساعة من وفاتها . يصفها " كارلوس كاستيندا " فى كتابه **"Power of Silence"** بأنها شىء نملكه جميعا . شيء يملك سيطرة وتحكماً كاملاً ؛ معرفة كاملة لكل شيء ...... لقد تنازل الإنسان عن المعرفة الصامتة لعالم الحكمة والمنطق . وكلما تعلق الإنسان بعالم المنطق ؛ زاد اقترابه من العزيمة " .

بما أننا نعرض العزيمة فى سياق هذا الكتاب بوصفها طاقة غير مرئية كامنة فى جميع الصور المادية ؛ فإن هذا يعنى أن العزيمة هى بالتالى جزء من عالم غير مادى غير قابل للتفسير ؛ عالم الروح . تتملص الروح من كل محاولاتنا لشرحها ووصفها لأنها تفوق البدايات والنهايات ؛ تفوق الحدود والرموز ؛ وتفوق الشكل نفسه . مما يعنى بالتالى أن كلماتنا المنطوقة والمكتوبة والرموز التى نلجأ إليها لنقل خبرتنا لن تنجح فى شرح الروح وتفسيرها على النحو الذى تفسر به الأشياء فى العالم المادى .

أتفق تماما مع مقولة " فولتير" التى عرضتها فى مستهل هذا الفصل وأعترف ببساطة أننى لا أملك بكل تأكيد القدرة على أن أعرف أى شخص ماهية الروح أو تطويع الكلمات لرسم صورة محددة لما يمكن أن تبدو عليه هذه الروح . إن كل ما يمكننى عمله هو وصف الطريقة التى أتصور بها العزيمة ، إن كان بالإمكان الكشف عن نقاب عالم العزيمة بواسطة الإدراك الحسى والمنطق . سوف أقدم لك تصورى لما أطلق عليه اسم الأوجه السبعة للعزيمة . إن هذه النقاط تمثل صورتى الخيالية لما يمكن أن تبدو عليه قوة العزيمة .

العزيمة هى شيء أومن بأننى أملك القدرة على الشعور به والتواصل معه ومعرفته والوثوق به . إنه إدراك داخلى نشعر به بالفعل ومع ذلك نعجز عن وصفه وصفاً دقيقاً من خلال الكلمات . إننى استخدم هذا المفهوم لكى يساعدنى على المضى قدماً صوب قوة العزم التى هى مصدر الخلق والعمل على تفعيل هذه الطاقة فى حياتى اليومية . إن أملى هو أن تبدأ أنت أيضا فى إدراك ما يجب عليك عمله لكى تفعل هذا العزم فى حياتك .

تعتبر الوصفات التالية بمثابة ثمرة تجربتى مع أساتذتى الكبار ؛ وعملى المهنى مع الآخرين على مدى ثلاثين عاماً ؛ وما قمت بقراءته ودراسته من كتب متخصصة فى ما وراء الطبيعة ونتاج تطورى الشخصى . إننى أحاول أن أنقل إليك معرفتى وخبرتى الشخصية لهذه المزايا الخارقة التى سوف تجنيها من وراء الاتصال بالعزيمة . آمل أن تستوحى من هذه المعرفة الصامتة قوة العزيمة وأن تمضى قدماً لإثراء تجربتك فى الحياة وإثراء الجميع من المحيطين بك فى الحياة .

تبدأ المعرفة الصامتة عندما تستدعى قوة العزيمة لكى تلعب دوراً نشطاً فى حياتك . إنه اختيار خاص وشخصى للغاية ليس بحاجة إلى شرح أو دفاع . عندما تقدم على هذا الاختيار الداخلى ؛ فإن المعرفة الصامتة سوف تتحول شيئاً فشيئاً إلى جزء من إدراكك اليومى الطبيعى . إن الانفتاح على قوة العزيمة ؛ سوف يجعلك تدرك أن الحمل والولادة والموت ما هى جميعاً إلا جوانب طبيعية لطاقة الخلق . أما السعى للتفكير المنطقى فى طريقك نحو العزيمة فهو جهد ضائع لن يعود عليك بأية فائدة . إن التخلص من

الشك والوثوق بمشاعرك الفطرية سوف يفسح مجالاً لتدفق قوة العزيمة بشكل انسيابى . قد يبدو هذا وكأنه درب من دروب السحر ؛ ولكننى أفضل أن أصفه بأنه إفراغ العقل واختراق قلب الغموض . إننى هنا أنحى الأفكار العقلانية جانباً وأنفتح على سحر وإثارة إدراك ووعى جديد .

قال أحد أساتذتى الذين أعتز بهم كثيراً ويدعى " جى " ذات مرة : " أن تكون فارغاً ؛ فارغاً تماماً ؛ هو أمر لا يثير الخوف وإنما هو ضرورة أساسية للعقل لكى يبقى غير منشغل . إن هذا الفراغ والتحرر هو ما سوف يقودك نحو أعماق مجهولة " .

تمهل للحظة الآن وضع الكتاب جانباً واسمح لنفسك بأن تثق وتستشعر وعيك وإدراكك لذاتك غير المادية . أولاً ؛ أغمض عينيك وأفرغ عقلك من الأفكار العقلانية وكل الثرثرة والأمور التى تتوالى على هذا العقل . ثم ؛ اضغط على زر الحذف كلما شعرت بالتشكك . وأخيراً كن منفتحاً وعلى استعداد لتقبل هذا الفراغ . سوف تشرع عندها فى التوصل إلى المعرفة الصامتة لقوة العزيمة . (فى الفصل التالى ؛ سوف أطرح طرقاً أخرى أكثر عمقاً للوصول إلى العزيمة واستعادة التواصل معها) .

ولكن الآن ؛ سوف أكتفى بوصف ما يمكن أن تكون عليه نظرتنا إن نجحنا فى البقاء خارج حدود أنفسنا والطواف والتحليق خارج حدود أجسامنا مثلما حدث لروح تلك السيدة اليابانية على الشاطئ . من هذا المنظور ؛ أتصور نفسى وأنا أنظر إلى أوجه العزيمة من خلال عينين قادرتين على رؤية أدق الأمور .

الأوجه السبعة للعزيمة

١. **وجه الإبداع** . أول وجه من أوجه العزيمة هو التعبير المبدع الخلاق لقوة العزم التى صممتنا وجاءت بنا هنا وخلقت لنا بيئة ومحيطاً ملائماً لاحتياجاتنا . إن قوة العزيمة يجب أن تكون مبدعة وإلا لما كان قد خُلق شىء فى الوجود . يبدو لى ذلك على أنه حقيقة لا تقبل الشك عن العزيمة والروح لأن هدفهما هو إخراج الحياة إلى الوجود فى بيئة

مناسبة . ولِمَ خلصت إلى أن قوة العزيمة المانحة للحياة عازمة على خلق الحياة وبشكل متواصل ومتزايد ؟ لأنه إن كان العكس هو الصحيح ؛ لما كانت الحياة التى نعرفها قد تمثلت فى شكل مادى .

إن كوننا نملك القدرة على التنفس ونمارس الحياة يعد بالنسبة لى دليلا على أن الروح المانحة للحياة هى روح مبدعة خلاقة فى أصلها وجوهرها . قد يبدو ذلك واضحا بالنسبة لك أو قد يبدو مربكاً أو حتى لا علاقة له بما نتحدث عنه . ولكن ما هو واضح بالفعل هو : أنك الآن هنا فى جسمك المادى ؛ كما كنت فى وقت ما جنيناً ، وقبل ذلك كنت علقة وقبلها كنت طاقة عديمة الشكل . إن هذه الطاقة عديمة الشكل هى التى تشمل العزم الذى قادك من مكان غير معلوم إلى حيث أنت الآن هنا . وفى أعلى مستوى من مستويات الإدراك قام العزم بوضعك على بداية طريقك المقدر . إن الإبداع هو ما يحركك بشكل دائم صوب الإبداع لكى تخلق وتعيد خلق كل ما توجه نحوه طاقة عزيمتك . إن الطاقة المبدعة هى جزء منك ؛ إنها الطاقة التى تنبع من الروح المانحة للحياة التى أوجدتك .

٢. وجه الطيبة . إن أى طاقة تحمل فى طياتها خلق وتحويل الطاقة إلى شكل مادى يجب أن تكون طاقة طيبة . وأكرر أننى استنبطت هذا من عكس هذه الطاقة . فإن كانت طاقة العزيمة المانحة للحياة تحمل فى جوهرها الرغبة في أن تكون خبيثة وشريرة أو ضارة لكان الخلق نفسه قد أصبح مستحيلاً . أى أنه لحظة تشكل هذه النية الشريرة سوف تدمر الروح المانحة للحياة . إن الطاقة الطيبة هى التى تخلق للنمو والازدهار وهى التى تخلق من أجل السعادة والرضا . إن وجودنا هو بالنسبة لى الدليل على طيبة العزيمة . إن اختيارك لأن تكون طيباً هو قرار بتفعيل طاقة العزيمة فى حياتك .

إن الأثر الإيجابي لهذه الطيبة على الجهاز المناعى والإنتاج المتزايد للسيروتونين فى المخ قد ثبت من خلال الأبحاث . والسيروتونين هو عبارة عن مادة طبيعية فى الجسم تشعرنا بالارتياح والسلام وحتى

السكينة . بل إن الدور الذى تلعبه معظم مضادات الاكتئاب هو حفز إنتاج السيروتونين كيميائيا للمساعدة على تخفيف الاكتئاب . أثبتت الأبحاث أن القيام بعمل طيب بسيط من شأنه أن يحسن وظائف الجهاز المناعي ويحفز إنتاج السيروتونين لدى الفاعل والمتلقى . بل الشيء الأكثر إثارة فى ذلك هو أن الشخص المراقب لهذا الفعل الطيب سوف يحصد نفس النتائج الجيدة . تصور ذلك ! الفعل الطيب يؤثر على الصحة الجسمانية ومشاعر كل من يشهد الفعل سواء الفاعل أو المتلقي أو المراقب ! هناك وجهان باسمان ؛ إنهما وجه الإبداع ووجه الطيبة .

وعندما تكون شريراً فإنك تعمل بذلك على إزاحة وجه الطيبة . ومن ثم تبتعد عن قوة العزيمة . بغض النظر عن المسميات التى نطلقها على هذه القوة ؛ سواء أطلقت عليها اسم المصدر أم العزيمة أم الروح ؛ فاعلم جيدا أن الأفكار غير الطيبة تضعف رابطتك واتصالك بهذه الطاقة بينما تعمل أفكارك الطيبة على تقويتها . إن الإبداع والطيبة هما وجهان من أوجه العزيمة السبعة .

٣. وجه الحب . إنه الوجه الثالث لأوجه العزيمة . إنها الطبيعة المانحة للحياة فى قوة العزيمة وهى استنتاج أكيد غير قابل للشك . ما الذى يمكن أن نطلقه على هذه الصفة التى تشجع وتدعم وتساند الحياة بأسرها ؛ هل يمكن أن نطلق عليها مسمى آخر غير الحب ؟ إنها القوة المحركة الأولى للروح الكونية للعزيمة . وقد عبر " رالف والدو " عن ذلك بقوله " إن الحب هو أسمى معانى الوجود ، إنه دليل على رحمة الله " .

إن الحب هو طاقة العزيمة التى تغذى وتنمى تلك البيئة المحيطة بنا . لذا فإن الإدانة والغضب والكراهية والخوف والأحكام المسبقة ليس لها مجال هنا . لذا فإن قدر لنا أن نرى حقيقة العزيمة فسوف نشاهد الإبداع والطيبة يرفلان فى عالم الحب . لقد اخترقنا عالم المادة والحدود والبدايات من خلال بوابة قوة الحب الخالص . إن هذا الوجه

من أوجه العزيمة الذى يعبر عن الحب هو ما يحثنا على النمو والازدهار وتحقيق كل ما يمكننا تحقيقه . عندما نكون فى حالة عدم انسجام مع طاقة الحب ؛ فهذا يعنى أننا نبعد عن العزيمة وأننا نضعف قدرتنا على تنشيط العزيمة من خلال التعبير عن الحب . إن لم تكن على سبيل المثال تفعل ما تحب وتحب ما تفعل فسوف تضعف بذلك طاقة العزيمة لديك . سوف تجتذب إلى حياتك المزيد من الشعور بعدم الرضا ، مما سوف يبعدك عن وجه الحب . ومن ثم سوف تظهر فى حياتك المزيد من الأمور التى لا تحبها .

إن الأفكار والمشاعر ما هى إلا طاقة خالصة ؛ ولكن بعضها يكون أكثر سرعة وقوة من الآخر . عندما تحتل الطاقات العليا نفس مجال الطاقات الدنيا ؛ سوف تتحول الطاقات الدنيا إلى طاقات عليا . هناك مثال بسيط يمكن أن نسوقه فى هذا الصدد وهو أن الغرفة المظلمة تكون أقل طاقة من الغرفة متوهجة الإضاءة . ولكن بما أن الضوء يتحرك أسرع من الظلام فإنك عندما تضيء شمعة فى الغرفة المظلمة لن تشق الظلام فقط وإنما سوف تتحول الغرفة فجأة إلى مكان يشع ضياء . وينطبق هذا الأمر أيضاً على الحب ؛ الذى هو طاقة أكثر سرعة وقوة من طاقة الكراهية .

فى دعائه الشهير ؛ يبتهل " سانت فرانسيس " إلى الله قائلا : " حيث توجد الكراهية ؛ اجعلنى أغرس حباً " . إن ما يبحث عنه هو القوة التى سوف تذيب الكراهية وفى النهاية تحيلها إلى طاقة حب . إن الكراهية سوف تتحول إلى حب فى وجود وحضور طاقة الحب . وينطبق هذا الأمر عليك أنت أيضاً ، فالكراهية الموجهة إلى نفسك أو إلى الآخرين ؛ يمكن أن تتحول إلى طاقة عزيمة محبة ومانحة للحياة . وقد عبر " بيير تيلارد دى شاردين " عن ذلك بقوله " تبقى النتيجة واحدة دائماً : فالحب هو أقوى طاقة ومع ذلك يبقى أكثر الطاقات غموضاً فى هذا العالم " .

٤. وجه الجمال . هو الوجه الرابع من الأوجه السبعة للعزيمة . ما الذى يمكن أن يتسم به تعبير محب وطيب وخلاق غير الجمال ؟ وما الذى سيدفع ذكاء العزيمة المنظم إلى التعبير عن نفسه بشكل قبيح ؟ إنه لن يفعل ذلك بالطبع . من هنا يمكن أن نستنتج أن طبيعة العزيمة تقوم على تفاعل أبدى بين الحب والجمال ؛ إن التعبير الجمالى هو إضافة لقوة العزيمة المتمثلة فى أوجه الحب والإبداع والطيبة .

هذا هو ما خلص إليه " جون كيتس " الشاعر الرومانسى الرائع فى نهاية قصيدته الغنائية " Ode on a Grecian Urn " : " إن الجمال هو الحقيقة والحقيقة هى الجمال ؛ هذا هو كل ما نعرفه ، وهو كل ما نحن بحاجة إلى معرفته " . من الواضح أن الحقيقة تعتبر عنصراً أساسياً فى خلق كل شىء . فهى تتجلى هنا تجليا مادياً ، تتجلى لتعكس قوة الإبداع غير المرئية . لذا فإننى أتفق مع " كيتس " فى أننا بحاجة إلى المعرفة الصامتة بأهمية الصدق والجمال ، فمن خلال الروح المبدعة وتعبيرها عن قوة العزم تصبح الحقيقة مرادفاً للجمال . إن هذه المعرفة سوف تقودنا إلى رؤية قيمة فيما يتعلق بالإرادة الشخصية والخيال والحدس .

ولكى تستوعب معنى الجمال باعتباره أحد أوجه العزيمة ؛ تذكر العبارة التالية : إن الأفكار الجميلة تنشئ نفساً جميلة . عندما تكون مستقبلاً جيداً وتصبح قادراً على رؤية الجمال الذى يحيط بك ؛ سوف تملك حسا دقيقا قادراً على استشعار قوة الإبداع فى العزيمة فى كل شىء فى العالم الطبيعى بما فى ذلك نفسك . وإن قررت أن ترى الجمال فى كل شىء ؛ فسوف تشهد قوة العزيمة حتى إن كنت قد ولدت فى ظل الفقر والجهل . إن البحث عن الجمال فى ظل أحلك الظروف من خلال العزيمة الشخصية سوف يصلك بقوة العزيمة ، وسوف تصل إليها لا محالة . إن وجه الجمال لا يغيب أبداً ؛ حتى إن عجز الآخرون عن رؤيته .

لقد شرفت بحق بمشاركتى فى نفس الندوة التى شارك فيها " فيكتور فرانكل " عام ١٩٧٨ فى " فينيا " بأستراليا . وأذكر جيداً أنه

شارك الجمهور وشاركنى الرأى وأكد أن القدرة على رؤية الجمال فى كل مواقف الحياة هي التى تمنح حياتنا معناها . وفى كتابه Man's Search for Meaning ؛ وصف " فيكتور فرانكل " إناء ممتلئاً بالماء النتن تطفو فوق سطحه رأس سمكة ؛ وصف " فيكتور " هذا الإناء الذى أعطاه إياه السجانون النازيون فى معسكر الأسر أثناء الحرب العالمية الثانية . لقد درب نفسه على رؤية الجمال فى هذه الوجبة بدلاً من أن يركز على بشاعتها . إنه يرجع قدرته على رؤية الجمال فى كل شيء إلى هذه التجربة الحيوية التى مر بها أثناء تواجده فى معسكرات الأسر البشعة . إنه يذكرنا بأننا لو ركزنا على ما هو قبيح فسوف نستدعى قدراً أكبر من القبح فى أفكارنا ومن ثم فى مشاعرنا وأخيراً فى حياتنا بأسرها . إن اختيارك بأن تتشبث برؤية من منظور واحد للحرية حتى فى ظل أحلك الظروف سوف يفعم عالمك بطاقة التقدير والجمال ويخلق فرصاً لتخطى الظروف الصعبة .

كم أحب الطريقة التى وصفت بها الأم " تيريزا " هذه السمة عندما سألها سائل " ما الذى تفعلينه يومياً فى شوارع " كالكاتا " فى بعثتك هناك ؟ " فأجابت قائلة : " فى كل يوم أرى رحمة الله فى ظل كل هذه المواقف المحزنة " .

٥. **وجه التوسع** . تتمثل الطبيعة الأساسية للحياة فى الاستزادة والبحث عن المزيد والمزيد من التعبير . إن استطعنا أن نركز بمنتهى الدقة على أوجه العزيمة فسوف نندهش مما سوف نراه . أتصور أن أحد الأوجه التى سوف نراها هو التوسع المطرد المتواصل فى التعبير عن قوة العزيمة . إن هذه الروح المبدعة قد خلقت لكى تواصل اتساعها وامتدادها . إن الروح قوة مشكلة . فهى تقوم على مبدأ الزيادة بمعنى توسع الحياة نحو اكتساب المزيد من الحياة . إن الحياة كما نعرفها قد نبعت من عزيمة لا تملك شكلاً . ولذلك فإن أحد أوجه العزيمة يبدو وكأنه شيء فى حالة ارتقاء أبدى ، قد يبدو أشبه ببذرة متناهية الصغر

فى حالة تكاثر مستمر ثم توسع مستمر ، ثم حالة تقدم وتحرك إلى الأمام بينما تبقى فى حالة توسع وتعبير مستمرين .

هذا هو تحديداً ما يحدث فى عالمنا المادى . إن هذا الوجه الخامس للعزيمة يتخذ شكلاً ما يعبر عنه . ليس أمامه اختيار آخر ؛ لأن هذه القوة التوسعية دائما إن كرهت نفسها أو شعرت بحالة انفصال مع نفسها فسوف تدمر نفسها . ولكنها لا تعمل على هذا النحو . إن قوة العزيمة تتجلى كتعبير للإبداع والطيبة والحب والجمال الذى يسعى للتوسع والامتداد الدائم . إنك بإقامة علاقة شخصية مع هذا الوجه من أوجه العزيمة ، سوف تعمل على توسيع حياتك من خلال قوة العزيمة ، والذى كان وسوف يبقى أحد عناصر هذه العزيمة المبدعة .
إن قوة العزيمة هى قوة التوسع والزيادة فى كل أوجه حياتك . ليس هناك استثناء لهذه القاعدة ! إنها طبيعة العزم ؛ طبيعته التى تحثه على أن يبقى فى حالة استزادة فى التعبير عن نفسه ؛ لذا فإن هذا الأمر ينطبق عليك أيضاً .

إن التحفظ الوحيد على هذه الحركة متواصلة التحرك للعزم هو أن تتعاون معها فى كل مكان وتسمح لهذه الروح القائمة على الزيادة بأن تعبر عن نفسها من خلالك أنت ومن أجلك ، ومن أجل كل شخص تقابله . عندها لن تشعر بأى قلق أو خوف . ثق بوجه التوسع وافعل ما تفعله لأنك تحب ما تفعله وتفعل ما تحب . يجب أن تضع فى اعتبارك أن النتائج التوسعية الإيجابية هى الخيار الوحيد المتاح أمامك .

٦. وجه الوفرة غير المحدودة . هذا الوجه السادس من أوجه العزيمة هو تعبير عن شيء لا تحده حدود ؛إنه شيء متواجد فى كل مكان فى آن واحد ، كما أنه فياض ولا يقف عند حد . إنه ليس ضخما فحسب وإنما لا يتوقف أبدا . هذه الهبة العظيمة المتمثلة فى الوفرة هى ما خلقت أنت من أجلها . وهذا يعنى أنك أنت أيضاً تشارك فى هذا تعبيراً عن حياتك . وبذلك تنفذ قانون الوفرة . إن هذه الهبات تمنح

مجاناً وبسخاء تماماً مثل الشمس والهواء والماء والمناخ الذى يحيط بك بوفرة وبلا حدود .

ولعلك تعلمت منذ نعومة أظافرك ؛ أن تفكر فى ظل حدود معينة . ممتلكاتى تبدأ من هنا وممتلكاتك تبدأ من هنا . أى أننا تعودنا أن نبنى أسواراً لتحديد ممتلكاتنا وحدودنا . ولكن المكتشفين الأوائل وصفوا لنا العالم على أنه لا نهائى . ثم وسع رواد الفضاء الأوائل نطاق تفكيرنا وتصورنا للعالم عندما وصفوه بأنه أشبه بقبة شاسعة تغطى الأرض . لقد عرفنا المجرات التى تقاس بالسنوات الضوئية . إن الكتب العلمية التى مضى عليها عامان أصبحت كتباً بالية . كما تخطت الأرقام القياسية المسجلة فى عالم الرياضة كل الحدود لتثبت أن قدرتنا تفوق كل حد .

إن ما يعنيه كل ما تقدم هو أنه ليست هناك حدود تحد قدرتنا وإمكاناتنا ؛ كجنس وكأفراد مجتمعين . هذا أمر مؤكد لأننا قد نبعنا من هذه الوفرة الفياضة للعزيمة . إن كانت الوفرة الفياضة هى أحد أوجه قوة العزيمة فهذا يعنى أننا نملك نفس القدرة اللانهائية فى التعبير واجتذاب أى شيء فى حياتنا . إن وجه الوفرة لا يعرف حداً . تصور مدى اتساع المصادر التى خلق منها كل شيء ، ثم فكر فى المصدر الذى يفوق كل المصادر . وفكر أين يبدأ عقلك وأين ينتهى ؟ وما هى حدوده ؟ أين يقع ؟ والأهم من ذلك أين لا يقع ؟ هل ولد معك أم أنه قد وجد قبل أن تكون نطفة ؟ سوف تجد الإجابة عن كل هذه الأسئلة فى الوفرة الفياضة . لقد خُلقنا من هذه الوفرة الفياضة نفسها . إن قوة العزيمة موجودة فى كل مكان . إنها هى التى سوف تسمح لكل شيء بأن يكشف عن نفسه وأن يزداد ويتكاثر بشكل لانهائى .

يجب أن تعلم أنك متصل بقوة الحياة هذه وأنك تشترك فى ذلك مع كل شخص وكل شيء تتصور أنه مفقود . يجب أن تكون مستقبلاً جيداً للطريقة التى يكشف بها وجه الوفرة الفياضة عن نفسه وهكذا سوف تصبح قادراً على بناء حياتك بالطريقة التى تروق لك . وكما هو مألوف عادة ، فإن الشعراء يملكون القدرة على التعبير بكلمات مختصرة عن كل ما نجد نحن صعوبة فى التعبير عنه . إليك الكيفية التى عبر بها

" والت ويتمان " عن ذلك في قصيدته Song of Myself . بينما تقرأ السطور التالية ؛ حاول أن تستشعر المعنى الذى نرمى إليه .

أسمع وأشعر بقدرة الله فى كل شيء ؛ ومع ذلك فإننى أدرك تماما أن قدرته تفوق كل هذا
أرى لمحة من ملامح بديع صنعه فى كل ساعة من الأربع والعشرين ساعة وفى كل لحظة من اللحظات
وفى وجوه الرجال والنساء ؛ وفى انعكاس وجهى أنا فى المرآة
أرى رسالات الله فى كلمات منثورة في الطرقات ، أرى بصمة الله على كل المخلوقات
أدع كل شيء على حاله ؛ لأننى أعرف أننى سوف أمضى
ليحل محلى آخرون ؛ هكذا دائماً أبداً .

لا يجب أن تملك حساً أدبياً راقياً أو تكون على درجة مرتفعة من الثقافة . يكفيك أن تلزم المعرفة الصامتة وأن تواصل حياتك من خلال إدراكك لهذا الوجه ؛ وجه الوفرة الفياضة .

٧. **وجه الاستقبال** . إنها الطريقة التى أتصور بها الوجه السابع للعزيمة ؛ إنه وجه الاستقبال . أى أن تبقى مستقبلاً لكل شيء . ليس هناك شيء أو أحد مستثنى من هذا الوجه من أوجه العزيمة . إنه وجه يرحب بالجميع بكل شيء حى دون توجيه النقد أو الحكم كما لا تمنح قوة العزيمة لشيء ما وتمتنع عن منحه لشيء آخر . إن وجه الاستقبال للعزم يعنى بالنسبة لى أن كل ما فى الطبيعة فى انتظار أن تستدعيه لكى يتحرك . نحن فقط بحاجة إلى التمتع بالقدرة على إدراك ذلك والاستعداد لاستقباله . إن العزيمة لن تستجيب لك إن عجزت عن إدراكها . فلو اعتبرت أن الفرص والأهواء والمصادفات هى التى تدير حياتك والعالم من حولك ؛ فإن العقل الكونى للعزم لن يمثل بالنسبة لك إلا مزيجاً من القوى المجردة من أى نظام أو قوة .

بعبارة أكثر بساطة ؛ يمكن القول بأن عدم القدرة على الاستقبال هو أن تحرم نفسك من التواصل مع قوة العزيمة . لكي تستخدم كل طاقات

الاستقبال فى العزيمة ؛ يجب أن تولد داخل نفسك ذكاءً مساوياً من حيث الانجذاب للعقل الكونى ذاته . أى أنك لا يجب أن تكتفى بأن تكون مستقبلا فقط لكى تحظى بالإرشاد الذى سوف يقودك للتعبير عن عزيمتك البشرية ، وإنما يجب أن تكون مستقبلاً بحيث ترد هذه الطاقة ثانية إلى العالم . وكما سبق وكررت عدة مرات فى خطبى وكتاباتى السابقة ؛ إن مهمتك ليس أن تتحدث عن الكيفية وإنما أن تقول نعم ! نعم ؛ أنا على استعداد . نعم ؛ أنا أعلم أن قوة العزيمة هى قوة كونية . إنها قوة متاحة للجميع بلا استثناء .

إن وجه الاستقبال يبتسم لى ؛ إن كل ما أحتاج إليه سوف يتدفق إلىّ من المصدر ؛ كما أن المصدر يبقى مستقبلاً لطلبى بأن يمدنى بالعون فى تأليف الكتب والخطب والشرائط السمعية والبصرية وأى شىء آخر أسعدنى الحظ بإنتاجه والتوصل إليه . إن القدرة على الاستقبال تعنى أننى فى حالة انسجام مع قوة العزيمة للقوة الإبداعية الكونية . إن هذا يعمل من خلال عدة طرق مختلفة . سوف تجد أن الأشخاص المناسبين سوف يظهرون فى حياتك بطريقة سحرية على نحو غير متوقع ؛ سوف تجد أن جسدك يشفى ؛ أما إن كنت تسعى لتحقيق شىء تريده فسوف تكتشف أنك قد أصبحت راقصاً أفضل ، أو لاعباً أفضل ، أو رياضياً أفضل ! إن مجال العزيمة يسمح لكل شىء أن يتشكل ويتجسد كما أن إمكاناته الهائلة هى إمكانات أصيلة فى كل شىء حتى قبل مولد هذا الشىء .

* * *

فى هذا الفصل ؛ حدثتك عن مفهومى لأوجه العزيمة السبعة . إنها أوجه الإبداع والطيبة والحب والجمال والتوسع الدائم والوفرة غير المحدودة ، والقدرة على استقبال كل شىء ؛ ويمكنك أن تتصل بهذا المجال الواسع الرائع للعزيمة . إليك خمسة مقترحات يمكنك أن تمارسها الآن لكى تطبق الرسائل الأساسية المبثوثة فى هذا الفصل .

خمسة مقترحات لتطبيق الأفكار المطروحة فى هذا الفصل

١. **تصور قوة العزيمة** . استدع خيالك فى مجال الطاقة ؛ أى طاقة العزيمة ، بحيث تظهر وتتراءى لك في عقلك . كن مستقبلا لكل ما يظهر بينما تتصور هذا المفهوم عن طاقة العزيمة . حتى بالرغم من أنك تدرك تماماً أنه عالم غير مرئى ؛ أغمض عينيك وشاهد الصور التى سوف تستقبلها . كرر الكلمات السبع التى تمثل الأوجه السبعة للعزيمة والتى هى الإبداع ، والطيبة ، والحب ، والجمال ، والتوسع ، والوفرة ، والاستقبال . خزن هذه الكلمات السبع فى ذاكرتك واستخدمها لكى تستعيد انسجامك مع قوة العزيمة بينما تعمل على تخيلها . ذكر نفسك أنك عندما تشعر أو تتصرف على نحو غير متوافق مع هذه الأوجه السبعة للعزيمة ؛ فسوف تنفصل عن قوة العزيمة . اسمح للكلمات السبع بأن تزين خيالك عن قوة العزيمة ولاحظ تحول رؤيتك وأنت تستعيد تواصلك مع هذه الطاقة .

٢. **كن عاكساً** . تعكس المرآة الصور دون تشويش أو تعديل فيها . فكر فى أن تكون مثل المرآة ؛ واعكس كل ما يتوارد على حياتك دون أن تحكم عليه أو تبدى رأيك فيه . كن منفصلاً عن كل ما يطرأ على حياتك بألا تطالب هذه الأشياء بأن تبقى ، أو تذهب ، أو تظهر . توقف عن إصدار أحكام على نفسك أو على الآخرين ؛ لا تقل هذا الشخص سمين للغاية أو وهذا طويل للغاية أو هذا قبيح للغاية ؛ كف عن كل هذا ! وكما تقبلك قوة العزيمة بالشكل الذى أنت عليه وتعكس صورتك بدون إصدار أحكام أو نقد ؛ حاول أن تفعل نفس الشيء وتطبقه على كل ما يظهر فى حياتك . كن مثل المرآة !

٣. **توقع الجمال** . بمعنى أن تنتظر الطيبة والحب والجمال وتتوقع حدوثها فى حياتك وذلك من خلال حبك العميق لنفسك ولكل ما يحيط بك ، وبإظهار الامتنان لكل ما فى الحياة . هناك دائماً شيء جميل سوف

تعيشه أينما ذهبت . انظر الآن فى الحال حولك والتقط مظاهر الجمال التى تحيط بك وركز عليها . إن هذا أمر مختلف تماماً عما اعتدت عليه من سلوكيات التحفز الدائم لالتقاط كل ما يؤذيك أو يغضبك أو يحبطك . إن توقع الجمال سوف يساعدك على تصور قوة العزيمة فى حياتك .

٤. تأمل التقدير . اعتز بالطاقة التى تشترك فيها مع كل الكائنات الحية الآن وفى المستقبل ، وحتى مع الكائنات التى عاشت من قبل . استشعر تدفق قوة الحياة التى تسمح لك بأن تفكر وتنام وتتحرك وتهضم وحتى تتأمل . إن قوة العزيمة تستجيب مع تقديرك لها . إن قوة الحياة التى تسرى فى جسدك هى مفتاحك إلى ما ترغب فى تحقيقه . فعندما تقدر قوة الحياة باعتبارها ممثلاً لقوة العزيمة فسوف تجتاحك موجة من التصميم والمعرفة والإدراك . إن حكمة روحك فى استجابتها لهذا التأمل للتقدير سوف تتخذ قرارات وسوف ترسم خطاها بمنتهى الدقة .

٥. تخلص من الشك . عندما تتخلص من الشك ؛ فإن التوسع سوف يزدهر بدوره وسوف يبدو كل شيء ممكناً . نحن جميعاً نميل إلى استخدام أفكارنا لخلق العالم الذى نريده . إن كنت تشك فى قدرتك على خلق الحياة التى تريدها فهذا يعنى أنك ترفض قوة العزيمة . وحتى إن لم تكن هناك إشارة واحدة تدلك على أنك سوف تحقق ما ترغب فى إنجازه فى حياتك ؛ ارفض السقوط فى هاوية الشك . تذكر أن مقبض الحافلة فى انتظارك لكى يحملك ويطوف بك إلى حيث تريد أن تذهب .

لقد أعلنها " شكسبير " قائلا : " إن شكوكنا خائنة ؛ هى التى تجعلنا نفتقد كل الخير الذى يمكن أن يعود علينا بإحجامنا عن المحاولة " . وقد عبر عن ذلك " رامانا ماهرشى " بقوله " الشك نتاج غياب الامتثال " .

لك أن تشك فيما يقوله الآخرون عنك أو ما يصلك من خلال حواسك ولكن يجب أن تمتنع عن التشكك فى أن هناك قوة كونية قائمة على العزيمة ؛ قوة صمتك التى أوجدتك حيث أنت هنا ! إياك أن تشك فى خلقك فى مجال من الحياة سوف يبقى دائماً متاحاً لك .

* * *

فى الفصل التالى ؛ سوف أقدم ما قد يبدو لك على أنه طرق غير تقليدية لصقل العلاقة التى تربط بينك وبين هذه الطاقة المهيبة التى نطلق عليها اسم عزيمة .



الفصل الثالث

الاتصال بالعزيمة

" إن قانون الطفو لم يكتشف بتأمل غرق الأشياء وإنما بتأمل طفو الأشياء التى كانت تطفو بشكل طبيعى . ثم التساؤل بذكاء عن كيفية حدوث ذلك " .

- " توماس تروورد "

اختبر هذه الملاحظة التى ساقها أحد أعظم عباقرة الفكر فى القرن العشرين ؛ " توماس تروورد " . فى بدايات بناء السفن ؛ كانت السفن تبنى بالأخشاب وكان السبب هو أن الخشب يملك القدرة على الطفو فوق سطح الماء بينما الحديد يغرق . ومع ذلك فإن السفن اليوم أصبحت تبنى بالحديد . عندما ظهر قانون الطفو وبدأ الناس يدرسونه ؛ اكتشفوا أن أى شيء يمكن أن يطفو إن كان وزنه أخف من السائل الذى يحتل مكانه . لذا فقد أصبحنا اليوم نملك القدرة على جعل الحديد يطفو فوق الماء من خلال نفس القانون الذى يجعله يغرق . ضع هذا المثال فى اعتبارك بينما تواصل القراءة وطبقه على محتوى هذا الفصل وذلك للتواصل مع كل الأشياء التى تريد تحقيقها .

إن كلمة السر هنا هى التأمل ؛ بمعنى ما تركز عليه أفكارك ، بينما تشرع فى توظيف طاقة العزيمة الهائلة وإمكاناتها اللانهائية . يجب أن تكون قادراً على الاتصال بالعزيمة ، وهو ما يستحيل عليك تحقيقه إن عكفت على تأمل استحالة قدرتك على توظيف عزيمتك وإظهارها . ولن تكون قادراً على اكتشاف قانون الخلق المشترك إن كنت عاكفاً على تأمل ما هو مفقود . لن تكون قادراً على اكتشاف قوة اليقظة إن كنت عاكفاً على تأمل الأشياء التى لا تزال نائمة . إن سر تجلى أى شىء ترغب فيه هو استعدادك وقدرتك على إعادة اتساق نفسك مع عالمك الداخلى لتحقيق الانسجام مع طاقة العزيمة . إن كل مظهر من مظاهر التقدم الحديث الذى تشهده وتنظر إليه باعتباره أمراً مسلماً به قد تم خلقه (وخلقه هذا يعنى أمراً شبيهاً بما نقوم به فى هذا الكتاب) على يد شخص استطاع أن يتأمل ما هو عازم على إظهاره .

إن الطريق لإقامة علاقة مع الروح والوصول إلى قوة هذا المبدأ الإبداعى هو مواصلة تأمل نفسك وكأنك محاط بكل الإمكانات والظروف التى تتمنى أن تكون فيها . إننى أحثك على التركيز على هذه الفكرة بوضع خط تحت العبارة السابقة فى الكتاب وفى عقلك أيضاً . غص فى فكرة الطاقة اللانهائية العليا التى سوف تحقق لك كل ما تتمناه . إن هذه القوة هى الطاقة التى خلقت هذا الكون . إنها المسئولة عن كل شىء . إن الوثوق بها سوف يمدك بالشكل والظروف المواتية لتجلى قدرتها ؛ وسوف تشيد علاقة مع العزيمة تسمح لك بالتواصل معها مادمت متواصلاً مع هذه العزيمة الشخصية .

إن الأخوين " رايت " لم يتأملا بقاء الأشياء على الأرض . كما أن " ألكسندر جراهام بيل " لم يتأمل عدم قدرة الأشياء على الاتصال ؛ وهو ما ينطبق أيضا على " توماس أديسون " الذى لم يعكف على تأمل ظلام الأشياء . لكى تحيل فكرتك إلى واقع ؛ يجب أن تكون على استعداد لأن تقفز قفزة خلفية جمبازية فى عالم الخيال غير الواقعى وتهبط واقفاً على قدميك ؛ بدلاً من أن تغرق فى تأمل ما لا تملكه ؛ انغمس فى تأمل كل ما ترغب فى تحقيقه . سوف تشرع عندها فى جعل رغباتك تطفو بدلاً من

إغراقها . إن قانون التجلى هو أشبه ما يكون بقانون الطفو ويجب أن تتأمله في حالة التطبيق والتفعيل وليس في حالة السكون والتعطيل . سوف تحقق ذلك من خلال إقامة علاقة قوية بينك وبين عالم الطاقة غير المرئى الذى لا يملك شكلا ؛ إنه عالم قوة العزيمة .

الدخول فى روح العزيمة

مهما يكن ما تعتزم ابتكاره فى حياتك ؛ فإنه يجب أن يقوم على توليد نفس السمة المانحة للحياة التى تبدع كل شيء . إنها روح كل شيء وأى شيء ؛ إنها السمة التى تسمح للشيء بأن يتشكل ؛ إنه مبدأ حقيقى ومبدأ عام ؛ إذن لِمَ لا تسعى لتنشيطه بداخلك ؟ إن قوة العزيمة هى ببساطة قوة فى انتظار قدرتك على التواصل معها .

يمكن أن نسوق فى هذا الصدد مثالاً عن الفنان . إن إبداع الفنان لا يكمن فى نوعية الرسم أو الفرشاة التى يستخدمها أو قطعة القماش التى يقوم بتطريزها أو أى مادة من المواد التى يستخدمها . لكى نستوعب ونفهم هذا الإبداع الفنى يجب أن نضع فى الاعتبار أفكار ومشاعر الفنان الذى أبدع العمل الفنى . ويجب أن نعرف وندخل حركة هذا العقل المبدع للفنان لكى نستوعب عملية الإبداع . إن الفنان يخلق شيئاً من لا شيء ! فبدون الأفكار والمشاعر الخاصة بالفنان ؛ لن يكون هناك فن . إن عقله المبدع الذى عكف على المراقبة والملاحظة هو الذى اتصل بالعزيمة لكى يولد ما يطلق عليه اسم الإبداع الفنى . هذه هى الطريقة التى تعمل بها قوة العزيمة فى خلقك ؛ فى خلق كل ما هو جديد وكل ما هو فريد ؛ خلق شيء من لا شيء . إن تجديد هذا المعنى فى نفسك يعنى العثور على النبض الإبداعى والتعرف على قوة العزيمة من خلال إدراك كيفية استشعار هذه الطاقة وملاحظة تجليها وتعبيرها عن نفسها من خلالك .

إن ما تشعر به هو تعبير عن الكيفية التى تفكر بها ؛ وتتأمل بها ، وتتحدث بها داخلياً مع نفسك . إن كان بوسعك أن تضع يديك على مشاعر قوة العزيمة ؛ فسوف تستشعر أنها فى حالة زيادة متواصلة وأنها واثقة من

نفسها لأنها قوة مشكلة تعمل بدقة متناهية حتى أنها لا تخطئ طريقها أبداً . إنها فى حالة زيادة دائمة وخلق وإبداع دائم . وهكذا يتحول تقدم الروح إلى الأمام دائماً إلى أحد المعطيات المسلم بها . إن قوة العزيمة هى قوة متعطشة لمزيد من التعبير عن الحياة تماماً مثل مشاعر الفنان التى تفيض فى التعبير عن أفكاره ومشاعره . إن المشاعر هى إشارات تدلك على مصيرك وإمكاناتك ؛ وهى تبحث عن الشكل الأمثل للتعبير عن الحياة من خلالك .

كيف تدخل إلى العزيمة ؛ المؤلفة من مشاعر تعبر عن الحياة ؟ يمكنك أن تغذيها بتوقعك الدائم المتواصل للقانون الروحى المعصوم المتمثل فى البحث عن الزيادة باعتبارها جزءاً لا يتجزأ من حياتك . لقد شهدنا هذا من خلال قدرتنا التخيلية لرؤية موجات أكثر ارتفاعاً ، وسماعنا لأصوات هذه الموجات من خلال الأساتذة الروحانيين على مر العصور . إن هذا القانون موجود فى كل مكان . إنه يبحث عن التعبير عن الحياة . إنه تفعيل لمشاعر الحب الخالص . إنه يتمتع بكل الثقة . وخمن ماذا ؟ أنت جزء من هذا القانون ولكنك قد نسيت هذه الحقيقة . أنت فقط بحاجة إلى الوثوق بقدرتك على الاعتماد المتفائل على الروح لكى تعبر عن نفسها من خلالك ومن أجلك . إن مهمتك هى أن تتأمل طاقات الحياة ؛ والحب والجمال والطيبة . إن كل فعل متجانس مع هذا المبدأ الأساسى للعزيمة سوف يعكس قدراتك الذاتية للعزيمة .

إرادتك وخيالك

لا يوجد من يشكك فى وجود إرادتك الحرة . فأنت كائن حى تملك عقلاً قادرا على الاختيار . وبالطبع ؛ أنت فى حالة اختيار متواصلة خلال حياتك . نحن لسنا بصدد الحديث عن الإرادة الحرة مقابل القدر أى إن كنا مسيرين أم مخيرين وإنما نحن بصدد إلقاء نظرة فاحصة على الكيفية التى اخترت بها أن تعتمد على قدرتك على توجيه إرادتك لتحقيق كل رغباتك . إن العزم الذى نعنيه فى هذا الكتاب لا يعنى أن تملك رغبة قوية وأن تعمل على دعمها بقدر من التصميم . إن امتلاكك لإرادة قوية والتصميم على

إنجاز أهدافك الداخلية يعنى اعتمادك على الأنا كقوة دافعة فى حياتك . سوف أفعل هذا الشيء ، لن أكون أحمق أبداً ، لن أستسلم أبداً . إنها صفات رائعة ولكنها لن تصلك بالعزيمة . إن فاعلية قوة إرادتك تقل كثيراً عن خيالك الذى هو الصلة التى تربطك بقوة العزيمة . إن الخيال هو تحرك العقل الكونى بداخلك . إن الخيال هو الذى يخلق الصورة الداخلية التى تسمح لك بالمشاركة فى عملية الخلق . إن الرابطة الواصلة غير المرئية التى تعمل تكشف عن أقدارك .

حاول أن تتصور دفع نفسك لعمل شيء لا يريد خيالك أن يفعله . إن إرادتك هى جانب الأنا فى نفسك الذى يؤمن بأنك منفصل عن الآخرين وأنك منفصل عن كل ما تحب إنجازه أو امتلاكه . كما أن الأنا هى التى تؤمن بأنك تمثل إنجازاتك ومآثرك ومحاسنك . إن هذه الإرادة التى تعتمد على الأنا تريدك أن تؤكد دائماً أهميتك . إنها تدفعك نحو تحقيق التفوق وامتلاك الأشياء التى تلهث وراءها بمنتهى التصميم والهمة . وفى المقابل ، فإن خيالك هو مفهوم أو تصور الروح بداخلك . إنها الطاقة الإلهية بداخلك . اقرأ الوصف التالى لـ " ويليام بليك " عن الخيال . يعتقد " بليك " أن الخيال هو الذى يجعلنا نمتلك القوة لأن نكون أى شيء نرغب فى أن نكونه .

إننى لا أستريح من مهمتى العظيمة !
لفتح عوالم الخلود ولإيقاظ الأعين الخالدة للإنسان
لأتواصل مع عوالم الفكر
لأتواصل مع الأبدية ؛ التى لا تحدها حدود
فتتجلى قدرة الله
لأتواصل مع الخيال البشرى

ـ من قصيدة Jerusalam لـ " ويليام بليك "

والآن عد ثانية إلى فكرة تحفيز نفسك من خلال الإرادة على فعل شيء يرفضه خيالك . هناك مثال يتراءى إلى نفسى كلما فكرت فى هذا الأمر .

تصور نفسك وأنت تسير وسط النيران . يمكنك أن تحدق في هذه النيران المشتعلة وتحمل إرادتك على السير عبرها ؛ ولكنك إن اعتمدت على قوة إرادتك فقط ؛ فسوف ينتهي بك المآل إلى الإصابة بحروق وجروح خطيرة . ولكنك إن تخيلت أنك سوف تمر وأنت تحمل واقياً مقدساً يحميك من النار أى فى ظل قدرة الله وحمايته سبحانه كما أشار " بليك " فى قصيدته السابقة ؛ فسوف ترى نفسك فى خيالك وكأنك قادر على فعل ما يفوق قدرتك الجسمانية وهكذا يمكنك أن تسير وسط النيران بدون أن تمس . بينما تتخيل نفسك وأنت تسير دون أن تمس وسط لهيب النيران ؛ سوف يعتريك شعور بأنك قد تخطيت إمكانياتك وقدراتك الجسمانية . سوف تتصور أنك أقوى من النار . إن صورتك الداخلية للنقاء والحماية سوف تجعلك تمر عبر لهيب النيران . إن خيالك هو ما سوف يسمح لك بأن تبقى فى مأمن . وبدون هذا الخيال ؛ سوف تصاب بالأذى !

أتذكر عندما تصورت نفسى قادراً على اجتياز سباق للعدو مسافته ٢٦ ميلاً فأكثر . لم تكن إرادتى هى ما دفعتنى لقطع كل هذه المسافة التى استغرقت ثلاث ساعات ونصف الساعة من العدو . وإنما كان خيالى الداخلى . لقد بدأت السباق ثم سمحت لجسدى بأن يندفع من خلال إرادتى . وبدون هذه الصورة ؛ لما كان أى قدر من الإرادة كافياً بالنسبة لى لإنجاز هذه المهمة .

وهذا ينطبق على كل شيء ؛ إن حمل نفسك على أن تكون سعيدا أو ناجحاً ، أو ثرياً ، أو تحتل الصدارة ، أو مشهوراً ، أو أفضل رجل مبيعات ، أو أغنى شخص فى بلدتك لا تعدو كونها أفكاراً وليدة الأنا وهى أفكار استحواذية وأنانية . وباسم قوة الإرادة ؛ يلهث الناس ويدوسون بمنتهى الضراوة أعناق غيرهم ممن يعترضون طريقهم ؛ إنهم يغشون ويسرقون ويخدعون لإنجاز رغباتهم ، إلا أن مثل هذه الممارسات من شأنها أن تقود حتماً إلى الهلاك . فربما قد تحقق أهدافك المادية لمقصدك الشخصى . ومع ذلك فإن خيالك ؛ أو هذا المكان الداخلى الذى تعيش فيه كل حياتك لن يسمح لك بأن تشعر بالسكينة .

لقد استخدمت قوة الخيال وفضلتها على إرادتى لكى أحقق كل إنجازاتى فى الحياة . إننى ـ على سبيل المثال ـ أرى نفسى وقد أتممت هذا الكتاب . إن هذا التفكير فى تحقق الغاية بالفعل يدفعنى إلى التفكير بأن كل ما أرغب في تحقيقه قد تحقق بالفعل . إن شعارى هو : تصور نفسك وقد حققت شيئاً ما وسوف تحقق هذا الشيء بالفعل ؛ وهى الصورة التى أبقى محتفظاً بها دائماً . إننى لا أستكمل كتاباتى لأننى أملك إرادة قوية لتحقيق ذلك . فهذا يعنى أننى أؤمن بأنه أنا ؛ أى الجسد الذى يدعى " واين داير " الذى يقوم بكل هذا ، بينما لا يملك خيالى أية حدود مادية ولا يعرف ما يسمى بـ " واين داير " . إن خيالى هو بالفعل " شبل من ذاك الأسد " أى العزيمة . إنه يمدنى بما أحتاج إليه ؛ يسمح لى بأن أجلس هنا وأكتب ويقود قلمى الذى أحمله بين يدى ويملأ فراغ الأوراق البيضاء أمامى . أنا ـ " واين داير " ـ لا أحيل هذا الكتاب إلى واقع بإرادتى . إن تصورى لهذا الكتاب واضح ومحدد إلى الحد الذى يسمح له بالتعبير عن نفسه . من قديم الأزل ؛ كتب أحد العظماء وكان يدعى " هرمس " السطور التالية :

هذا الذى تجلى
هذا الذى كان وما سوف يكون ؛ ليس متجلياً وظاهراً ولكنه ليس ميتا
بالنسبة للروح ؛ فإن قدرة الله الأبدية هى التى تحرك كل شيء .

إنها كلمات موحية يجب أن تزنها وأنت تفكر فى إعادة التواصل مع العزيمة واستعادة القدرة على خلق أى شيء من وحى خيالك . أنت وجسدك والأنا الخاصة بك لا تملكون قدرة العزيمة ؛ قدرة الإبداع ؛ أنت لا تملك القدرة على منح الحياة لأى شيء في الحياة . اترك الأنا الخاصة بك جانباً ، أوجد بأى ثمن وبأية وسيلة هدفاً لحياتك واملأ نفسك بالتصميم ، ولكن خلص نفسك من هذا الوهم بأنك أنت الشخص الذى سوف يحقق ما تصبو إليه من خلال الإرادة . إن الخيال ؛ خيالك أنت هو ما أريدك أن

تركز عليه من خلال قراءة هذا الكتاب ؛ يجب أن تنظر إلى كل أهدافك المحددة وأنشطتك كوظائف لهذا الخيال ؛ كثمرة لإرشاده وتشجيعه وحتى دفعك فى اتجاه العزيمة الذى سوف يوصلك إلى حيث تريد بينما مازلت قابعاً فى حالة سكون . أنت تبحث عن تواصل مع الخيال ؛ مع مصدر كل الخلق .

إن خيالك سوف يمنحك تلك الرفاهية الرائعة المتمثلة فى التفكير من عند نقطة النهاية . ليس هناك ما يحول دون تفكير أى شخص من عند نقطة النهاية . فبإمكانك أن تخلق الوسيلة وتتخطى الحدود باتصالك مع رغباتك . على مستوى الخيال ؛ فكر فى النهاية ؛ وكن واثقاً تماماً من وجودها فى العالم المادى وأن بإمكانك أن تستخدم كل عناصر ومكونات هذا المصدر الذى هو أصل الخلق لكى تجعلها شيئاً ملموساً . بما أن مصدر كل شيء يتحرك فى هيبة ويملك سبعة أوجه ؛ فهذا يعنى أنك أنت أيضاً سوف تستخدم نفس الطريقة وهذه الطريقة فقط لكى تعيد خلق كل ما قدر لك أن تقوم به . تجاهل الشك وتجاهل نداء الإرادة . وكن واثقاً أنه من خلال اعتمادك الدائم على الخيال ؛ سوف تتحول فرضياتك إلى واقع . إن إعادة التواصل مع العزيمة يشمل التعبير عن نفس الأوجه السبعة التى يستخدمها المصدر المبدع لكل شيء للكشف عن كل ما هو مستتر . إن هذا الخيال سوف ينجز مهمتك لا محالة . فمن خلال الخيال سوف تحيل كل شيء إلى واقع . وهذه هى استراتيجيتك الجديدة .

تطبيق الأوجه السبعة للتواصل مع العزيمة

بما أننى قضيت معظم حياتى فى مجال التنمية البشرية ؛ فإن أكثر الأسئلة التى صادفتنى من خلال حياتى المهنية هو السؤال التالى : " كيف يمكن أن أحصل على ما أريد ؟ " فى هذا المنعطف من حياتى ؛ وبينما أجلس هنا لكتابة هذا الكتاب ؛ فإن إجابتى هى " إن أصبحت ما كنت تفكر فيه وإن كان ما تفكر فيه هو أن تحصل على ما تريد ؛ فهذا يعنى أنك سوف تبقى فى حالة رغبة . إذن فإن الإجابة عن سؤال كيفية الحصول

على ما أريد هو إعادة صياغة السؤال نفسه كالآتى " كيف أسعى للحصول على ما أنا عازم على خلقه ؟ " وإجابتى عن هذا السؤال ستتضح من خلال الصفحات التالية ولكنى سأوجزها لك فى هذه العبارة : " سوف تحصل على ما أنت عازم على إبداعه بالانسجام مع قوة العزيمة ؛ المسئولة عن إبداع كل شيء " . كن مثل العزيمة وسوف تعيد إبداع كل ما تأمله وتتطلع إليه . عندما تتحول إلى شخص صاحب عزيمة سوف تتخطى عقل الأنا إلى العقل الكونى الزاخر بالإبداع . وقد كتب " جون راندولف برايس " فى هذا الصدد عن الفلسفة الروحية للعالم الجديد قائلا : " إلى أن تتخطى الأنا فإن كل ما يصدر عنك من أفعال لن يزيد إلا من حماقة العالم . إن هذه العبارة يجب أن تسعدك بدلاً من أن تحبطك ؛ لأنها تزيح العبء من فوق كاهلك " .

ابدأ بالتخلص من عبء الأنا ؛ ألقه من فوق كاهلك واستعد تواصلك مع العزيمة . فعندما تنحى الأنا الخاصة بك جانبا وتستعيد فطرتك التى نشأت منها ؛ سوف تشرع على الفور فى رؤية قوة العزيمة وهى تتضافر معك ومن خلالك بعدة طرق متنوعة . إليك الأوجه السبعة للعزيمة التى سوف أطرحها من جديد لكى أساعدك على جعلها جزءاً من حياتك .

١. **كن مبدعاً** بمعنى أن تثق فى غايتك وأن تتحلى بالقدرة على تجسيد العزيمة فى أفكارك وأنشطتك اليومية . ولعل إحدى الطرق التى يمكن أن تبدأ بها لتفعيل العزيمة هو تدوين ذلك كتابياً . فأنا على سبيل المثال قد عبرت كتابياً هنا فى المكان الذى أكتب فيه فى " ماوى " عن بعض النقاط الخاصة بالعزيمة ؛ وإليك بعضاً من هذه العبارات التى تحدق فى وجهى كل يومى أثناء الكتابة :

- **إن عزمى هو أن توجه روحى جميع أنشطتى .**
- **إن عزمى هو أن أحب وأفيض بهذا الحب على كتاباتى ، وكل من يقرأ كلماتى .**

- إن عزمى هو أن أثق في كل ما يأتينى ؛ وأن أكون أداة روحانية ، وألا أعمد إلى إصدار الأحكام على أحد .

- إن عزمى هو أن أنظر إلى الروح باعتبارها مصدرى وأصلى وأن أنفصل عن الأنا .

- إن عزمى هو أن أفعل كل ما بوسعى فعله لكى أزيد الوعى العام وأخلق مزيداً من التقارب مع الروح التى خلقت القوة العليا للعزيمة .

لكى تعبر عن إبداعك وتُفعل عزيمتك فى العالم ؛ أوصيك بأن تمارس " الجابا " ؛ إنها إحدى التقنيات التى كانت قد استحدثها " الفيدا " قديماً . يقوم تأمل " الجابا " على تكرار الدعاء إلى الله وفى نفس الوقت التركيز على ما تنوى فعله . إن تكرار أصوات الدعاء والابتهال سوف يولد طاقة إبداعية ؛ ستعمل بدورها على تحقيق رغباتك . كما أن رغباتك هذه ما هى إلى حركة العقل الكونى بداخلك . والآن ؛ قد يعتريك بعض الشك بشأن إمكانية تنفيذ مثل هذه الممارسات . حسناً ؛ سوف أطلب منك أن تفسح فى عقلك مجالاً لفكرة " الجابا " كتعبير عن الرابطة المبدعة التى تصلك بالعزيمة . لن أصف هذه الطريقة بالتفصيل هنا لأننى قد سبق ووصفتها تفصيلياً فى كتاب صغير مصحوب بأسطوانة مدمجة تابع لدار " هاى هاوس " وتحت اسم Getting in the Gap . ولكن دعنا نكتف الآن بالتأكيد على أن التأمل وممارسة " الجابا " يعتبران مطلباً أساسياً وشرطاً لاستعادة اتساقك وتوافقك مع قوة العزيمة . هذه القوة هى الإبداع وأنت بحاجة لأن تكون فى هذه الحالة الفريدة من الإبداع لكى تتعاون مع قوة العزيمة . إن التأمل و" الجابا " هما من ضمن الطرق الأكيدة لتحقيق ذلك .

٢. كن طيباً . إن إحدى السمات الأساسية فى الخلق هى الطيبة . إن كل تجليات العزيمة قد وجدت لتبقى وتزدهر . إنها بحاجة إلى طاقة طيبة لكى تحقق ازدهار وتكاثر ما تخلقه . إن لم يكن هذا هو الحال ؛ لكان كل ما خلق قد تعرض للدمار على يد نفس الطاقة التى خلقته . لكى تستعيد تواصلك مع العزيمة ؛ يجب أن تكون على نفس موجة طيبة

العزيمة نفسها . ابذل جهداً لكى تعيش فى ظل هذه الطيبة المتفائلة . إنها طاقة تفوق كثيراً طاقة الحزن أو الضغينة ؛ كما أنها الطاقة القادرة على تحقيق رغباتك . إن العطاء هو طريق الأخذ ؛ فالأفعال الطيبة التى نصنعها مع الآخرين هى التى تقوى جهازنا المناعى وتعمل على زيادة نسبة إفراز السيروتونين !

أما الأفكار منخفضة الطاقة التى تضعفنا فهى الأفكار الموصومة بالخزى والغضب والكراهية وانتقاد الآخرين والخوف . إن كل فكرة من هذه الأفكار الداخلية تضعفنا وتمنعنا من تحقيق ما نصبو إليه فى حياتنا . إن أصبحنا ما نفكر فيه ؛ وإن كان ما نفكر فيه هو الأخطاء التى تشوب العالم ومقدار ما نشعر به من غضب وخجل وخوف ؛ فهذا يعنى بكل تأكيد أن هذه الأفكار الخبيثة سوف تستحوذ علينا وتحيلنا إلى نموذج لما نفكر فيه . عندما تفكر وتشعر وتتصرف بطيبة ؛ فإنك سوف تمنح نفسك فرصة لأن تضاهى قوة العزيمة . أما عندما تفكر وتتصرف على نحو مختلف فهذا يعنى أنك سوف تترك مجال العزيمة ؛ وسوف يسيطر عليك الشعور بأنك قد تعرضت للخديعة من قبل روح العزيمة المبدعة لكل شيء .

- كن طيباً مع نفسك : فكر فى نفسك كالتالى : هناك ذكاء كونى ملازم للطبيعة وكامن فى كل مظاهر هذه الطبيعة . وأنت أحد هذه المظاهر . فأنت جزء من هذا الذكاء الكونى . أحسن التعامل مع الله لأن الله هو الذى خلق كل ما هو جميل . وأحسن معاملة نفسك . أنت أحد مخلوقات الله ؛ وهذا سبب كافٍ لأن تعامل نفسك بطيبة . ذكر نفسك أنك تريد أن تكون طيباً مع نفسك فى كل ما سوف تقدم عليه من اختيارات فى حياتك اليومية . عامل نفسك بطيبة أثناء تناول الطعام ، وممارسة التدريبات ، واللعب ، والعمل ، والحب وكل شيء آخر . إن معاملتك الطيبة لنفسك سوف تزيد قدرتك على التواصل مع العزيمة .

- كن طيباً مع الغير : إحدى دعائم التوافق والشعور بالسعادة ، والحصول على مساندة ومساعدة الغير لتحقيق كل ما تصبو إليه هى أن تغرس فى الآخرين الرغبة فى مساعدتك والتعاون معك . عندما تحسن إلى الآخرين ؛ سوف يحسنون إليك بدورهم . إن رئيس العمل السيئ لن يحظى إلا بالقدر الضئيل من التعاون من قبل موظفيه ، كما أن إساءة معاملة الأطفال سوف تدفعهم إلى التحامل عليك بدلاً من مساعدتك . إن جزاء المعاملة الطيبة هو المعاملة الطيبة ؛ هذا هو ما سوف تغرسه وما سوف تحصل عليه فى المقابل . إن كنت تريد أن تتواصل مع العزيمة وأن تكون قادراً على تحقيق كل أهدافك فى الحياة ؛ فهذا يعنى أنك بحاجة إلى مساعدة عدد كبير من الناس . إن تعودك وممارستك لحسن التعامل فى كل مكان ؛ سوف يعود عليك بالمساندة التى سوف تجدها فى انتظارك فى كل مكان بدون توقع .

إن هذه الفكرة المتمثلة فى إشاعة روح الطيبة تكتسب أهمية خاصة عند التعامل مع كبار السن وأصحاب الإعاقات الذهنية والفقراء والمعاقين وهكذا . إن كل هذه الفئات سوف تجعلك تفكر فى المثالية والكمال ، ولقد خُلقوا هم أيضاً من أجل هدف مقدس ؛ وبما أننا جميعا مرتبطون ببعضنا البعض من خلال الروح ؛ فإن الهدف والعزيمة الذى خلقوا من أجله مرتبط بك أنت أيضاً . إليك قصة مختصرة سوف تمس قلبك وجوارحك . إنها تؤكد أن أى شخص تقابله حتى إن كان أقل منك وعاجزاً عن العناية بنفسه قد وجد لكى يلقنك درساً عن كمال ومثالية العزيمة . اقرأ القصة وتعلم كيف أن هذه النوعية من التفكير والشعور والسلوك سوف تعمل على دعمك وتوطيد أواصر الصلة التى تربطك بالعزيمة من خلال توافقك مع معانى القصة الطيبة .

فى " بروكلين " فى ولاية نيويورك ؛ تقع مدرسة " شاش " للمعاقين ذهنيا . بعض الأطفال يبقون فى " شاش " طوال حياتهم الدراسية بينما الآخرون يمكن أن ينتقلوا إلى مدارس عادية . أثناء مأدبة عشاء ؛ كانت قد أقيمت فى منزل أحد ممولى المدرسة ؛ نهض من بين الآباء ؛ أب لطفل معاق ذهنيا ؛ ليلقى خطبة . كانت خطبته خالدة لن ينساها الحضور أبداً . فبعد

أن أثنى الأب على المدرسة وعلى تفانى العاملين بها ؛ صاح قائلا : " أين الكمال فى ابنى " شايا " ؟ لقد خلق الله كل شيء على أكمل صورة ولكن ابنى لا يستطيع فهم الأشياء مثل باقى الأطفال . إنه يعجز عن تذكر الأحداث والوجوه مثل باقى الأطفال . أين مثالية الخلق فى ابنى ؟ " . صدم الحضور بهذا السؤال الذى طرحه الأب فى غضب وحزن منتظرا الإجابة .

ثم أجاب الأب : " إن الله عندما يخلق طفلا كهذا فى العالم ؛ فإن المثالية التى يهدف إليها تتمثل فى كيفية تجاوب الآخرين مع هذا الطفل " . ثم حكى القصة التالية عن ابنه " شايا " .

فى عصر أحد الأيام ؛ كان " شايا " يسير مع والده فى أحد المتنزهات ؛ عندما قابل بعض الأطفال الذين كانوا يلعبون البيسبول وكان " شايا " يعرفهم . سأل " شايا " والده قائلا " هل سيسمحون لى بمشاركتهم اللعب يا أبى ؟ " . كان والد " شايا " يعرف أن ابنه لا يتمتع بلياقة بدنية وأن معظم الأطفال لن يرحبوا بانضمامه إلى فريقهم . ولكن والد " شايا " كان يعرف أنه إن سمح الأطفال لـ" شايا " باللعب معهم فسوف يخلق هذا لديه إحساساً كبيراً بالانتماء . اقترب والد " شايا " من أحد الأطفال فى الملعب وسأله إن كان بوسع " شايا " الانضمام إلى فريقه . تلفت الفتى يمنة ويسرة بحثاً عن رد من زملائه فى الفريق . ولكنه لم يحصل على أية إشارة من جانبهم ؛ فاعتبر أن الأمر يرجع إليه وأجاب قائلا " لقد خسرنا ست نقاط ونحن الآن فى الجولة الثامنة . أعتقد أننا يمكن أن نضمه إلى فريقنا وسوف نحاول أن نجعله يسدد الضربة فى الجولة التاسعة " .

شعر والد " شايا " بسعادة غامرة وابتسم " شايا " ابتسامة عريضة . ثم طلب الأطفال من " شايا " أن يلبس القفاز ويخرج للعب فى منتصف الملعب . ومع نهاية الجولة الثامنة ؛ نجح فريق " شايا " فى تسديد بضعة أهداف ولكنه لم يزل خاسراً بفارق ثلاث نقاط . ومع نهاية الجولة التاسعة ؛ سدد فريق " شايا " ثانية . ولم يكن قد بقى سوى لاعبين فى الفريق بينما كانت القاعدة مزدحمة باللاعبين وكانت إمكانية الفوز معلقة بتسديد هدف من خلال العدو حتى القاعدة . كان من المقرر أن يلعب " شايا " . هل سيسمح الفريق بالفعل " لشايا " بأن يشارك فى اللعب فى هذا الوقت الحرج ويتخلى عن فرصته فى الفوز بالمباراة ؟

ولدهشة الأب ؛ سمح الفريق لـ" شايا " باللعب . كان الكل يعرف أنه من المستحيل أن ينجح فى تسديد الضربة لأنه كان حتى عاجزاً عن حمل المضرب بالشكل الصحيح ؛ ناهيك عن استخدامه . ومع ذلك عندما خطا

" شايا " داخل موضع التسديد ؛ تقدم الرامى بضع خطوات إلى الأمام وألقى الكرة برفق جهة " شايا " بحيث يسمح له حتى بمجرد لمسها. سددت الرمية الأولى ولكن " شايا " أفلتها تماماً وأضاعها . فخرج أحد زملاء " شايا " فى الفريق ومعاً حملا المضرب فى مواجهة الرامى انتظاراً للتسديدة الثانية . تقدم الرامى ثانية بضع خطوات إلى الأمام لكى يقذف بالكرة برفق جهة " شايا " . وبمجرد أن وصلت التسديدة ؛ ضرب " شايا " وزميله الكرة ولكن ببطء مما جعل الكرة تعود أدراجها على الأرض جهة الرامى . التقط الرامى الكرة ورماها بسهولة نحو لاعب القاعدة الأولى . كان من المفترض أن يخرج " شايا " مما كان سينهى المباراة . ولكن بدلاً من ذلك ؛ التقط الرامى الكرة وقذفها إلى أعلى فى الجهة اليمنى من الملعب بعيداً عن لاعب القاعدة الأولى . بدأ الكل يصيح " شايا ؛ اجر نحو القاعدة الأولى ؛ القاعدة الأولى " . لم يكن قد سبق لـ" شايا " فى حياته من قبل أن جرى نحو القاعدة الأولى . وصل إلى خط القاعدة بعينين واسعتين لشدة الدهشة . عندما وصل إلى القاعدة الأولى ؛ كان اللاعب الأيمن فى الملعب قد أمسك بالكرة . كان يمكن أن يقذفها إلى لاعب القاعدة الثانية الذى كان يمكن أن يحل محل " شايا " ليخرجه من اللعب .

ولكن اللاعب الأيمن فهم ما كان يقصده الرامى فقذف الكرة إلى أعلى بعيداً عن رأس القاعدة الثالثة . فصاح الجميع " اجر إلى القاعدة الثانية ؛ القاعدة الثانية " . فجرى " شايا " نحو القاعدة الثانية بينما أحاط كل العدائين من حوله بالقواعد المؤدية إلى أرض الفريق . وبمجرد أن وصل " شايا " إلى القاعدة الثانية ؛ جرى اللاعب المقابل له نحوه وقاده نحو القاعدة الثالثة وصاح قائلا : " اجر إلى القاعدة الثالثة " . وبمجرد أن وصل " شايا " إلى القاعدة الثالثة ؛ أخذ اللاعبون من كلا الفريقين يعدون وراءه صائحين " شايا ؛ عد إلى القاعدة الأساسية " ، جرى " شايا " نحو القاعدة الأساسية وقفز بداخلها ؛ فحمله الثمانية عشر لاعباً فوق أكتافهم وكأنه بطل الأبطال وأخذوا يطوفون به وكأنه هو الذى حقق الفوز لفريقه .

ثم استكمل والد " شايا " حديثه فى رقة وكانت الدموع عند هذا الحد قد سالت على وجهه فى هذا اليوم : " كان الثمانية عشر لاعبا قد وصلوا إلى مستوى المثالية والطيبة التى تفوق قدرات البشر " .

إن لم تكن قد شعرت برجفة فى قلبك ودمعة فى عينيك عند قراءة هذه القصة ؛ فهذا يعنى أنك على الأرجح لن تدرك أبدا معنى سحر استعادة التواصل مع روح الطيبة .

- الطيبة فى التعامل مع كل ما فى الحياة . تذكرنا تعاليم "باتانجالى" القديمة بأن كل الكائنات الحية تتأثر على نحو هائل بأولئك الذين بقوا صامدين ومخلصين لأفكارهم الطيبة فى التعامل مع العالم الخارجى بعيداً عن كل الشرور . تعامل بطيبة مع الحيوانات الصغيرة والكبيرة ؛ مع مملكة الحياة بأسرها فوق سطح الأرض ؛ مثل الغابات والصحراء ، والشواطئ ، التى تحمل جميعها معانى الحياة . ولن تملك القدرة على استعادة تواصلك مع المصدر ، ولن تدرك قوة العزيمة فى الحياة ما لم تحظ بمساعدة البيئة المحيطة بك . فأنت متصل بهذه البيئة ، فبدون جاذبية أرضية ؛ سوف تعجز عن المشى . وبدون الماء ؛ لن تحيا يومياً . وبدون الغابات والسماء والمناخ والنباتات والمعادن ، بدون كل هذا فإن رغبتك فى تفعيل العزيمة والوصول إليها سوف تصبح بلا معنى .

انشر أفكارك عن الطيبة أينما ذهبت ؛ فى كل مكان . تعامل بطيبة مع الأرض بإماطة الأذى عن الطريق ؛ بالابتهال إلى الله وشكره على نعمة المطر ولون الزهور أو حتى على تلك الورقة التى تحملها بين يديك المصنوعة من الأشجار . إن الكون سوف يتجاوب معك على نفس النحو وبنفس الطريقة التى تعاملت بها معه . إن عبرت عن ذلك بنبرة طيبة فى صوتك وصدق قلبك فى " كيف يمكن أن أخدمك ؟ " فسوف يجيبك الكون قائلا " كيف يمكن أن أخدمك أنا بدورى ؟ " إنها طاقة متبادلة . إنها روح التعاون مع الحياة بكل جوانبها والتى تنبع من جوهر العزيمة . إن هذه الروح الطيبة هى أحد الأشياء التى يجب أن تتعلمها لكى تحقق التوافق إن كان هدفك هو استعادة التواصل مع العزيمة . لقد حكت لى ابنتى " سومر " عن تجربتها فى هذه الصدد وكيفية تأثير الأفعال الطيبة الصغيرة منذ فترة طويلة قائلة :

بينما كنت أقود سيارتى على الطريق السريع فى أحد الأيام المطرة ؛ توقفت عند موقف تسديد التذاكر وأخذت أعبث فى حقيبتى بحثاً عن النقود . فأجابتنى الموظفة المسئولة بابتسامة قائلة " السيارة التى سبقتك قد سددت لك ثمن التذكرة " فأخبرتها أننى كنت مسافرة بمفردى وأعطيتها ثمن التذكرة . فأجابتنى " أجل ؛ أعرف ذلك ولكن الرجل الذى سبقك قد سدد لك ثمن التذكرة وطلب منى أن أقول لك استمتعى بيوم أكثر إشراقا " .
إن هذا التصرف البسيط الذى ينم عن الطيبة قد منحنى بالفعل يوماً أكثر إشراقاً . وتأثرت بعمق بصنيع هذا الرجل الذى لن أقابله أبداً . وأخذت أتساءل كيف يمكننى أن أفعل نفس الشيء مع شخص آخر . اتصلت بصديقتى وقصصت عليها ما حدث . فأجابتنى بأنها لم تفكر يوماً فى الإقدام على تصرف مماثل وبأنها بالفعل فكرة جيدة . فذهبت إلى جامعة كنتاكى وقررت أن تسدد للشخص الذى يليها ثمن التذكرة كل يوم فى طريقها إلى الجامعة . فضحكت من رغبتها المخلصة . فقالت لى : " هل تظنين أننى أمزح ، ولكن كما قلت إنها خمسون سنتاً فقط " . وعندما أنهيت مكالمتى معها أخذت أتساءل إن كان هذا الرجل الذى سدد ثمن تذكرتى قد خطر بباله أن فكرته سوف تصل إلى كنتاكى .
وقد سنحت لى الفرصة فيما بعد أن أطبق هذه الفكرة الطيبة فى أحد الأسواق التجارية فى أحد الأيام عندما امتلأت عربة التسوق الخاص بى عن آخرها بالطعام الذى كنت سأتقاسمه مع زميلتى فى الغرفة على مدى أسبوعين كاملين . وكانت السيدة التى تقف ورائى تسير برفقة طفلة ملحة ولم تكن عربة التسوق الخاصة بها ممتلئة مثل عربتى . فقلت لها "لِمَ لا تأخذين مكانى ؟ أنت لا تحملين بضائع بالقدر الذى أحمله أنا ". نظرت إلى السيدة وكأننى قد أقدمت على عملٍ بطولى وأجابتنى قائلة " أشكرك جزيل الشكر . إننى لم أقابل هنا أشخاصاً يعبأون بالآخرين مثلك . لقد انتقلنا من " فيرجينيا " وكنا نتساءل إن كانٍ من الأفضل أن نعود أدراجنا ثانية إلى هناك وإن كان هذا المكان هو مكاناً مناسباً لنربى فيه أبناءنا الثلاثة " . ثم أخبرتنى أنها كانت على وشك الاستسلام والعودة ثانية إلى ديارها بالرغم من أن هذا كان سيشكل عبئاً مادياً ضخماً على أسرتها . ثم قالت " كنت قد عاهدت نفسى على أننى إن لم أتلق أية إشارة مع نهاية هذا اليوم لكنت قد طالبت بالعودة إلى فيرجينيا . أنت الإشارة التى كنت فى انتظارها " .
شكرتنى ثانية وغادرت المتجر وهى مبتسمة . وقفت وقد اعترانى الذهول وأدركت أن هذه اللفتة البسيطة قد أثرت على أسرة بأكملها . ثم إذا

بعاملة المتجر تقول لى وأنا بصدد مغادرة المتجر " تعلمين يا فتاة ، لقد أسعدت يومى ؟ " . خرجت وأنا مبتسمة وأخذت أتساءل عن كم الأشخاص الذين أثر فيهم هذا الصنيع الطيب البسيط.

وفى يوم آخر كنت أتناول شطيرة وقهوة فى أحد المحال ثم فكرت أننى ربما يمكننى أن أشترى بعض الكعك المحلى لزملائى فى العمل . كان زملائى الأربعة العاملون فى مزرعة الخيول يعيشون فى شقة صغيرة أمام المزرعة . ولم يكن أحد منهم يملك سيارة وإنما كانوا يشتركون فى دراجة واحدة . ذهبت هناك وشرحت لهم أننى قد اشتريت هذا الكعك من أجلهم . كانت نظرة التقدير التى ارتسمت على وجه كل واحد منهم كافية لمكافأتى على نحو لا يمكن تصوره . لم أكن قد عملت فى المكان لفترة طويلة وأعتقد أن هذا الكعك قد ساعد فى كسر الحواجز بيننا شيئاً فشيئاً . لقد تحول هذا التصرف الطيب البسيط إلى عمل ضخم بمرور الأسبوع . بدأنا ننظر إلى بعضنا البعض بعين الاهتمام وبدأنا نعمل كفريق .

٣. كن محباً . تفكر فى هذه الكلمات جيداً : " إن أحببت الآخرين فسيحبك الله " . فالإغراق فى الحب هو الإغراق فى حب الذات الإلهية وحب الذات الإلهية يعنى بالتالى حب الله للعبد . هذا هو المعنى الذى يقصده الله . ضع فى اعتبارك أن المادة الأساسية لهذا الفصل بل وللكتاب كله هو أنك يجب أن تتعلم كيف تتواصل مع الطاقة التى أوجدتك فى الأصل ، لذا فإن هذا الحب هو ضرورة لا مفر منها لكى تستعيد تواصلك مع العزيمة . لقد خلقت من الحب ؛ لذا يجب أن تحب لكى تستعيد توافقك مع العزيمة . لقد كتبت مجلدات فى الحب ؛ ومازال لدينا العديد من التعريفات لهذه الكلمة . ولكن لخدمة غرض هذا الفصل ؛ أريدك أن تفكر فى الحب بالطريقتين التاليتين :

- الحب هو التعاون وليس المنافسة . إن ما أريدك أن تكون قادراً على الشعور به هنا فى الشكل المادى على كوكب الأرض هو هذا الجوهر الروحانى . إن كان هذا ممكنا ؛ فهو يعنى أن حياتك كلها سوف تتحول إلى أحد مظاهر الحب . إن استطعت أن تفعل ذلك ؛ فسوف

ترى كل الكائنات الحية وهى تعيش فى انسجام وتعاون مع بعضها البعض . سوف تشعر بقوة العزيمة التى تنبع من أصل الحياة وهى تتعاون مع كل أشكال الحياة الأخرى لكى تضمن النمو والبقاء . سوف تلحظ أننا جميعا نقتسم ونشترك فى نفس القوة ونفس الذكاء غير المرئى الذى ينبض فى قلبى وقلبك وقلب كل شخص على سطح الكرة الأرضية .

- الحب هو انعكاس لمشيئة الله . أنا لا أقصد بذلك نوع الحب الذى نعرفه بأنه المشاعر والأحاسيس . كما أنه ليس نوع الحب الذى يبحث عن إرضاء وإسداء الصنيع للآخرين . تصور نوعًا آخر من الحب يمثل طاقة وقوة العزيمة ؛ تلك الطاقة التى تقف وراء خلق المخلوقات جميعها . إنها تلك الطاقة الروحانية التى تحمل العزيمة الإلهية المقدسة من الشكل غير المحدد إلى الشكل المادى المحدد . إنها الطاقة التى تخلق شكلاً جديداً ، وتغير الأشياء ، وتحيى كل شيء ، وتحافظ على تماسك الكون بأسره وتواصله مع بعضه البعض فيما يفوق حدود الزمان والمكان . إنه حب كامن فى كل مكان . إنه الحب الربانى .

وأوصيك بأن تفيض بحبك على البيئة المحيطة بك وأن تداوم على ممارسة ذلك فى كل ساعة من ساعات يومك إن أمكن . تخلص من الأفكار التي لا تعبر عن الحب ، وتحل بكل الأفكار والكلمات والأفعال الطيبة . نَمِّ هذا الحب فى دائرتك المباشرة التى تضم معارفك وأفراد عائلتك ثم وسع نطاق الدائرة لتشمل المجتمع بأسره أيضاً . وسع نطاق الحب بشكل متعمد يشمل كل من آذاك بشكل أو بآخر ؛ وكل من سبب لك المعاناة . وكلما نجحت فى توسيع نطاق هذه الدائرة ؛ اقتربت من حقيقة الحب ؛ وهذا هو أصل العزيمة ؛ وهذا هو جوهر ازدهارها .

٤. كن جميلاً . كتبت " إيملى ديكنسون " قائلة : " لا يوجد سبب يشعرنا بالجمال ، ولكن الجمال فى حد ذاته سبب ... " ؛ سوف تشرع فى تقدير الجمال فى كل شيء تراه وتلمسه وتشعر به . إن

الجمال والحقيقة مترادفان كما سبق وقرأت من خلال ملاحظة " جون كيتس " الشهيرة فى قصيدته الغنائية Ode on a Grecian Urn : الجمال هو الحقيقة والحقيقة هى الجمال " بمعنى أن الروح الخالقة المبدعة تخرج الأشياء إلى عالم الحدود لكى تنمو وتزدهر وتتوسع وتمتد . وهى لن تحقق ذلك ما لم تحقق مبدأ الجمال فى كل شيء وكل مظهر من مظاهر الخلق والوجود بما فى ذلك أنت شخصياً . مما يعنى بالتالى أنك لكى تستعيد تواصلك مع المصدر وتكتسب طاقته المانحة يجب أن تستشعر الجمال فى كل شيء وفى كل تصرف . فالحياة والصدق والجمال هى ثلاثة رموز لنفس الشيء ؛ إنها أحد مظاهر القوة الإلهية .

أنت عندما تفقد إدراكك ووعيك ؛ تفقد قدرتك على التواصل مع العزيمة . لقد جئت إلى هذا العالم من عالم العدم لكى تكون تعبيراً عن الجمال . ولا يمكن أن يكون هناك احتمال آخر ؛ لأن من يملك القدرة على الخلق يجب أن يخلق كل ما هو جميل . إن من يملك القدرة على الخلق يملك أيضاً القدرة على عدم الخلق . فإن شاءت هذه القدرة أن تخلق فهذا يعنى أنك من المفترض أن تكون تعبيراً عن الجمال المحب . يصح هذا على كل شيء وكل شخص ينبع من طاقة العزيمة .

إليك إحدى قصصى المفضلة التى تلقى الضوء على استشعار أهمية الجمال عند افتقاده . إنها قصة مقتبسة من كتاب " سوامى تشايدفيلاساندا " المعروفة باسم " جوروما يى " فى كتابها الجميل " Kindle My Heart " أو " أضئ قلبى " .

" كان هناك رجل لا يحب أقارب زوجته لأنهم كانوا يشغلون مساحة كبيرة من منزله . فذهب إلى أحد الحكماء ممن كانوا يعيشون فى الجوار ؛ لأنه كان قد سمع كثيراً عن حكمته ؛ وقال له " أرجوك افعل شيئاً ! أنا عاجز عن تحمل أقارب زوجتى ؛ ولم أعد أطيق وجودهم فى البيت . إننى أحب زوجتى ، ولكن أقاربها لم أعد أتحملهم ! إنهم يشغلون مساحة كبيرة من المنزل ؛ أصبحت أشعر دائما بأنهم يعترضون طريقى " .

سأله الحكيم قائلا " هل تملك دجاجا ؟ "

فأجاب الرجل : " نعم "

" إذن ضع كل الدجاج داخل المنزل "

فعل الرجل ما طلبه منه الحكيم ثم عاد إليه ثانية .

فسأله الحكيم " هل حلت مشكلتك ؟ "

فأجاب الرجل " كلا بل تفاقمت "

" هل تملك خرافاً "

" نعم "

" إذن ضع كل الخراف في البيت " ؛ ففعل الرجل كما قال الحكيم ثم عاد إليه ثانية . فسأله الحكيم "هل حلت مشكلتك ؟"

" كلا ! لقد ازدادت سوءا "

" هل تملك كلباً ؟ "

" نعم ؛ أملك العديد من الكلاب "

" إذن ضعها جميعا داخل المنزل "

و أخيراً هرع الرجل إلى الحكيم وقال : " لقد جئتك لكى تنجدنى ؛ ولكنك أحلت حياتى إلى جحيم ! "

قال له الحكيم "و الآن أخرج الدجاج والخراف والكلاب ثانية "

عاد الرجل إلى منزله وأخرج الحيوانات من المنزل . فوجد أن المنزل قد اتسع وأصبح خالياً ! فعاد إلى الحكيم وقال له : " أشكرك ! أشكرك جزيل الشكر ! لقد حللت كل مشاكلي " .

٥. كن في حالة توسع دائم مستمر . فى المرة التالية التى تشاهد فيها حديقة زاخرة بالزهور ؛ راقب الزهور الحية ثم قارنها بالزهور التى تظن أنها ميتة . ما هو الفرق ؟ إن الزهور الميتة الجافة لم تعد تنمو ؛ بينما الزهور الحية مازالت فى حالة ازدهار . إن القوة الكونية المتدفقة الأصلية هى التى زجت بك فى هذه البداية ؛ بداية الحياة المتنامية ؛ التى ترفل فى ظل التوسع المستمر . وكما هى الحال بالنسبة للأوجه السبعة للعزيمة ؛ إن هذه الكونية ؛ يجب أن تشترك معك فى صفات مشتركة . إن كونك فى حالة توسع دائم ونمو فكرى وعاطفى وروحانى ؛ سوف يمكنك من التواصل مع العقل الكونى وإدراكه .

أما بقاؤك فى حالة استعداد بحيث تنفصل عن كل ما اعتدت على التفكير فيه أو اعتدت أن تكونه ؛ وتفكيرك فى النهاية بمعنى الغاية

والاستعداد لاستقبال كل الإرشاد الإلهى ؛ فهو ما سوف يربطك بقانون النمو والقدرة على استقبال طاقة العزيمة .

٦. **كن فياضاً فى عطائك** . فالعزيمة هو العطاء الفياض الذى لا يقف عند حد . ليس هناك تقتير فى عالم الروح الكونى غير المرئى . إن الكون ذاته ليس له نهاية . كيف تكون هناك نهاية للكون ؟ ما الذى سيقف عند نهايته ؟ هل سيكون هناك جدار ؟ كم يبلغ سمك هذا الجدار ؟ وما الذى يقع عند النهاية الأخرى ؟ بينما تراقب تواصلك مع العزيمة ؛ اعرف فى صميم قلبك أن أى تصرف تقوم به ينم عن تقتير سوف يفصلك عن التواصل مع العزيمة . هنا تجدر بنا الإشارة إلى تذكرة واجبة . حيث يجب أن تتوافق مع كل صفات العزيمة لكى تضع يدك على هذه القوى المحركة للحياة .

إن الوفرة الفياضة هى سمة المملكة الربانية . تصور إن توقف الكون عن إنتاج المزيد من الأكسجين ؛ إن شعر بأنه متعب وبأنه يكفيه ما ينتجه وبأنه سوف يبنى جداراً لإغلاق هذا الكون الكبير حتى لا يستهلك كل هذا الأكسجين المطلوب . هل هذا ممكن ؟ ؛ إنه مستحيل ! لقد خلقت من هذه الرحابة ؛ من هذا الفيض الذى لا يعرف حداً . إذن ما الذى يمنعك من استعادة تواصلك مع هذا الإدراك المتناهى لعقلك وما سر تشبثك بهذه الصورة برغم كل ما هو واضح أمامك ؟ إن الذى يمنعك هو الظروف التى تعرضت إليها أثناء الحياة ؛ والتى يمكنك أن تغيرها اليوم ؛ على مدى الدقائق القليلة التالية إن رغبت فى ذلك .

عندما تنتقل إلى العقل الفياض ؛ يجب أن تكرر على نفسك مراراً وتكراراً أنك لا تعرف حداً لأنك قد خلقت من هذا المدد الفياض للعزيمة . وبمجرد أن ترسخ هذه الصورة بداخلك ؛ فسوف تبدأ فى التصرف على هذا الأساس . ليس هناك احتمال آخر . فنحن مرهونون بالطريقة التى نفكر بها ؛ وكما ذكرنا " إيمرسون " بقوله : " إن أى فعل وليد فكرة تسبقه " . عندما تتحول هذه الأفكار المتمثلة فى الكرم الزائد والتعفف إلى طريقتك فى التفكير ، سوف تشرع الطاقة الخلاقة

فى التعاون معك ولصالحك وستصبح فى انسجام كامل مع أفكارك ؛ تماماً مثلما كانت تعمل فى انسجام مع أفكارك السابقة عن الإمساك والتقتير . إن كنت تظن أنه ليس بوسعك أن تعكس هذه الوفرة الفياضة فى حياتك ؛ فسوف تجد أن العزيمة قد اتفقت معك ؛ بل وسوف تساعدك لكى تحقق كل هذه التوقعات المتواضعة !

* * *

يبدو أننى قد حضرت إلى العالم وأنا مرتبط ارتباطاً وثيقاً بسمات الوفرة الفياضة للعالم الروحانى الذى نبعت منه . لقد نشأت فى دور رعاية الأيتام ؛ محاطاً بالفقر من كل جانب ؛ كنت أكثر الأطفال ثراءً فى الدار ؛ إن صح القول . فلقد كنت أعتقد دائماً أنه بوسعى ملء جيوبى بالمال كلما رغبت فى ذلك . كنت أتصور ذلك ومن ثم أتصرف من منطلق هذه الصورة التى كنت أتخيلها . كنت أجمع زجاجات الصودا ؛ كنت أزيح الثلوج ؛ كنت أحمل حقائب البقالة ؛ أجز الحشائش ؛ أنظف المدافئ من بقايا الفحم ؛ أنظف الحدائق ؛ أطلى الأسوار ؛ أجالس الأطفال ؛ أوزع الصحف وهكذا . وكانت تلك الوفرة الفياضة للعالم الروحى تعمل دائما لصالحى ؛ كانت تفتح أمامى دائماً مجالاً للفرص . كانت العاصفة الثلجية من أكبر النعم بالنسبة لى . وكذلك الزجاجات الملقاة على جانب الطريق ، والعجائز من النساء اللاتى كن بحاجة إلى مساعدة لحمل حقائب البقالة إلى السيارة .

واليوم وبعد مرور أكثر من نصف قرن على ذلك ؛ مازلت أحمل هذه العقلية القائمة على الوفرة الفياضة . فلم أبق أبداً بدون ممارسة أكثر من عمل فى وقت واحد على مدى الأزمات الاقتصادية التى مررت بها فى حياتى . لقد حققت ثروة طائلة عندما كنت أعمل مدرساً وذلك بأن أنشأت مشروعاً تعليمياً كنت أعمل به بعد انتهاء اليوم الدراسى . بدأت سلسلة من المحاضرات فى " بورت واشنطن " فى نيويورك مساء يوم الاثنين لثلاثين أو أكثر من السكان المحليين لكى أحسن دخلى كأستاذ فى جامعة " سانت جون " وقد ازداد عدد الحضور فى محاضرات الاثنين شيئاً فشيئاً إلى أن

بلغ ألف شخص كانوا يحتشدون فى قاعة الاجتماعات العامة . كانت كل محاضرة تسجل على شريط كاسيت وكان يتولى هذه المهمة أحد أعضاء هيئة التدريس . إن هذه الشرائط هى التى أخرجت أول كتبى إلى النور وكان الكتاب يحمل عنوان Your Erroneous Zones.

كان من بين الحضور زوجة لأحد الوكلاء الذين يعملون فى مجال الكتب فى نيويورك وهى التى شجعت زوجها على الاتصال بى وحتى على الكتابة . وهذا الرجل الذى يدعى " آرثر باين " كان لى بمثابة الأب وساعدنى على الالتقاء بأبرزِ رجال النشر فى نيويورك . ولقد بدأت استخدام هذه الطريقة التي تجد حداً أمامها فى التفكير فى كل مراحل حياتى . فلقد رأيت الكتاب وقد انتهى بالفعل وأصبح أداة متاحة للجميع فى كل أنحاء البلاد فبدأت أستعد للذهاب إلى كل مدينة كبيرة فى أمريكا لكى أخبر الناس حكايته .

لقد عملت تلك الروح الكونية دائماً من أجل مساندتى ؛ عملت لصالحى ؛ عملت لكى تخرج أفكارى إلى النور بسخاء شديد . فكان الشخص المناسب يظهر فى الوقت المناسب بطريقة سحرية . كانت الاستراحة المناسبة تأتى دائما فى الوقت المناسب ومن تلقاء نفسها . كانت المساعدة التى كنت أحتاج إليها تأتى إلىّ مذعنة بدون أن أدرى من أين أتت . ومازلت على نحو ما أجمع الزجاجات الخاوية وأزيح الثلوج ، وأحمل حقائب البقالة للعجائز إلى اليومِ . إن رؤيتى لم تتغير ؛ بالرغم من أن مساحة اللعب أصبحت أكثر اتساعاً . إن الأمر كله يتوقف على امتلاك صورة داخلية للوفرة والتفكير دون توقف عند حدود ، والإصغاء إلى كل إرشاد تمدك به العزيمة عندما تكون فى حالة تقارب معها ؛ عندها سوف يعتريك شعور بالسعادة والنشوة الغامرة والتقدير والتعجب للكيفية التى يعمل بها كل هذا العالم الخفى من أجلك . وفى كل مرة أرى فيها قطعة نقود معدنية فى الشارع ؛ أتوقف وألتقطها وأضعها فى جيبى وأحمد الله قائلا " شكراً يا إلهى ؛ على هذا الرمز للوفرة الفياضة وهذا السخاء الذى يجعل الحياة تنساب فى تدفق " ، لم أقل مرة واحدة : " لم ترسل لى سوى قرش واحد يا رب ، وأنت تعلم أننى بحاجة إلى المزيد ؟ " .

واليوم ؛ أستيقظ فى الرابعة صباحاً وأنا واثق من أن كتابتى سوف تمضي في سلاسة كما تصورتها في مخيلتي . إن الكتابة تتدفق والحروف تأتى من تلقاء نفسها لأن الوفرة والسخاء الخاص بالعزيمة هو الذى يحثنى على قراءة كتب معينة ، والتحدث مع أشخاص معينين ، وأنا أعلم تماماً أن كل هذا يسير وفق نظام لا يخطئ ؛ وفق وحدة من الوفرة الفياضة . يدق جرس الهاتف ؛ فأسمع تحديداً ما كنت بحاجة إلى سماعه . أنهض لكى أحضر كوباً من الماء ؛ فيقع بصرى على الكتاب الذى بقى قابعاً فى مكتبتى على مدى عشرين عاماً ؛ ولكننى فى هذه المرة أكون مدفوعاً لقراءته . أفتح الكتاب ؛ فيقودنى الكتاب إلى حيث أريد ويمد لى كل المساعدة مادمت فى حالة انسجام معه . وهكذا تتوالى الأمور والأحداث بلا توقف ؛ فأتذكر تلك الكلمات البليغة " لجلال الدين رومى " التى كتبها منذ ثمانمائة سنة مضت " بع ذكاءك واشتر الانبهار " .

٧. كن مستقبلاً . إن العقل الكونى على استعداد للتجاوب مع أى شخص يدرك العلاقة الحقيقية التى تربطه به . وسوف يعمل على مضاعفة أى تصور تتصوره أنت بنفسك . بعبارة أخرى ؛ هو مستقبل جيد مادمت في حالة انسجام معه ومادمت ممتنا له . وهكذا تتحول القضية إلى قدرتك على استقبال قوة العزيمة . فابق متصلا واعلم أنك سوف تتلقى كل ما يمكن أن تسديه إليك هذه الطاقة . أما إن توليت هذه المهمة بنفسك منفصلاً عن العقل الكونى (إنها استحالة ولكن هذا ما سوف تهيئه لك الأنا الخاصة بك) فسوف تبقى منفصلاً إلى الأبد .

يتسم العقل الكونى بطبيعة مسالمة . فهو ليس مستقبلاً جيداً للقوة أو العنف . ويعمل وفق زمنه وإيقاعه مما يسمح لكل شيء بأن يبزغ ويولد فى وقته المناسب . إنه ليس فى عجلة لأنه يعمل خارج حدود الزمن . كما يعمل دائماً فى اللحظة الأبدية الراهنة . حاول أن تجثو على يديك وركبتيك لتستعجل ثمار الطماطم الضئيلة أن تخرج ثمرها. إن الروح الكونية تعمل فى سلام ، لذا فإن أية محاولة من جانبك لكى تستعجلها أن تسرع بخروج الزهور من شجرة الورد سوف تدمر العملية

بأسرها . إن كونك مستقبلاً يعنى أن تسمح "لشريكك الأساسى " بأن يدير حياتك نيابة عنك . إننى أقبل إرشاد ومساعدة نفس القوة التى خلقتنى ؛ أتخلى عن الأنا الخاصة بى ؛ وأثق فى حكمة التحرك وفق سرعة هذه القوة الهادئة المسالمة . أنا لا أملى أية شروط . هذه هى الطريقة التى يخلق بها العزيمة المبدعة لكل شيء . فهذه هى الطريقة التى يجب أن تفكر بها لكى تستعيد تواصلك مع المصدر . يجب أن تمارس التأمل لأنه سوف يسمح لك بأن تكون مستقبلاً للمعرفة الداخلية التى سوف تمكنك من التواصل مع الله . إن اتسامك بالسلام والهدوء والاستقبال يعنى أنك تهيئ نفسك لاستقبال الأوامر الإلهية وهكذا سوف تشعر بقوة المصدر .

هذا هو محتوى هذا الفصل بل والكتاب كله . إنه التواصل مع جوهر تلك الروح المبدعة ومضاهاة سمات قوة العزيمة الخلاقة المبدعة ، وتجسيد كل ما تراه متسقاً مع العقل الكونى فى حياتك ، أى تجسيد الإبداع والطيبة والحب والجمال والتوسع والوفرة الفياضة والاستقبال الهادئ .

* * *

ولدت فتاة جميلة فى الهند عام ١٩٢٣ تدعى " شرى ماتاجى نيرمالا ديفى " ، ولقد وصلت هنا على سطح الأرض فى حالة إدراك تام وعاشت فى معتزل " المهاتما غاندى " الذى كان كثيراً ما يستشيرها فى الأمور الروحانية . قضت حياتها تعمل من أجل السلام واكتشفت طريقة بسيطة يستطيع من خلالها أى شخص أن يستقبل هذا الإدراك الذاتى . كانت تعطى دروساً فى " يوجا ال ساهاجا " بلا مقابل . وكانت تركز على النقاط التالية ؛ التى تعتبر ملخصاً مثالياً لهذا الفصل عن كيفية التواصل مع العزيمة .

- لا يمكنك أن تعرف معنى لحياتك ما لم تتصل بالطاقة التى خلقتك .

- أنت لست هذا الجسد ؛ ولست هذا العقل ؛ أنت الروح ... وهذه هى الحقيقة العظمى .

- يجب أن تعرف روحك .....لأنك بدون هذه المعرفة لن تعرف الحقيقة .

- التأمل هو الطريق الوحيد لنضجك . ليس هناك طريق آخر . لأنك عندما تتأمل ؛ سوف تكون فى حالة صمت . وسوف تكون فى حالة إدراك بدون إعمال الفكر . وهكذا ينضج إدراكك ووعيك .

اتصل بالطاقة التى أبدعتك ؛ اعلم أنك أنت هذه الطاقة ؛ ارتبط بهذه الطاقة بشكل وثيق ، ومارس التأمل لكى ينضج وعيك وإدراكك . إنها الخلاصة العظيمة لما يجب أن تكون عليه .

خمسة مقترحات لتطبيق الأفكار المطروحة فى هذا الفصل

١. لكى تدرك رغبتك قم بمضاهاتها بحديثك الداخلى . أبق كل حديثك الداخلى مركزاً على التقارير الجيدة والنتائج الجيدة . إن حوارك الداخلى سوف يعكس خيالك ، وخيالك هو الصلة التى تربطك بالروح . إن كان حوارك الداخلى يكشف عن صراع مع رغباتك ؛ فإن هذا الصوت الداخلى سوف يكسب . إذن ؛ إن جعلت رغباتك وحوارك الداخلى منسجمين ؛ فسوف تتحقق هذه الرغبات فى نهاية المطاف .

٢. فكر من عند نقطة النهاية . أى أن تفترض داخل نفسك وتستشعر بأن ما تتمناه قد تحقق بالفعل ، وحافظ على هذه الرؤية مهما واجهت من عقبات . وسوف تتصرف فى النهاية وكأن كل ما تتمناه قد تحقق وسوف تتعاون معك روح الخلق .

٣. لكي تصل إلى حالة تعصمك من الخطأ أنت بحاجة لأن تمارس العزيمة الراسخة . وسوف يجعلك هذا فى حالة توافق مع العقل الكونى المبدع لكل شيء . فأنا على سبيل المثال إن جلست لتأليف أحد الكتب ؛ أحتفظ بصورة راسخة للكتاب كاملاً فى عقلى وأرفض أن أتخلص من هذا العزيمة . ليس هناك شيء يمكن أن يحول بينى وبين تحقيق هذا العزيمة . البعض يقول إننى أملك قدراً كبيراً من الانضباطرولكننى أعرف أننى أملك شيئاً مختلفاً . إن هذه العزيمة الراسخة لن تسمح لأى شيء أن يعيقنى عن استكمال ما بدأته . أنا أدفع وأُستحث بل وأجبر وأُجذب جذباً بفعل قوى سحرية إلى مكان كتابتى . كل أفكارى فى اليقظة والمنام تركز على هذه الصورة ؛ وأنا لا أكف أثناء كل هذا عن الانبهار والاندهاش من هذه القوة الدافعة .

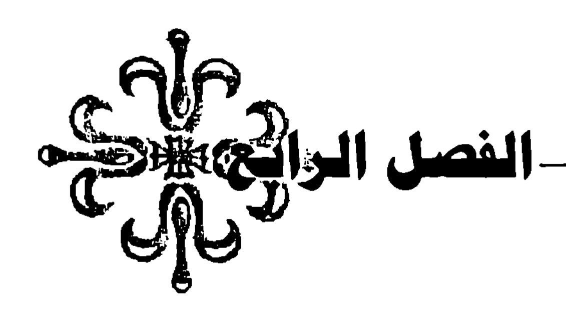
٤. أعد نسخة لأوجه العزيمة السبعة على بطاقات " ثلاثة فى خمسة " . اجعلها نسخاً معدنية مقواة وضعها فى أماكن مهمة بحيث تجد نفسك مجبراً على النظر إليها يومياً . وسوف تكون بمثابة بطاقات تذكرة تجعلك فى حالة اتصال واتباع دائم للروح التى نبعت منها .أنت بحاجة إلى إقامة صلة زمالة تربطك بالعزيمة . إن بطاقات التذكرة السبع هذه التى تحتل مواقع استراتيجية فى المحيط الذى تعيش وتعمل فيه سوف تحقق لك هذا الهدف .

٥. احرص دائماً على ترسيخ فكرة الفيض الربانى فى عقلك . فلو اعترضت أية فكرة أخرى عقلك ؛ استبدلها بفكرة الفيض الربانى . ذكر نفسك يومياً أن الكون لا يمكن أن يكون شحيحاً أو فى انتظار عطاء أو منحة . إنه سخى ومعطاء أو كما عبر " سانت بول " على أكمل وجه بقوله : " إن الله قادر على منحك كل النعم بسخاء " . كرر هذه الأفكار عن العطاء والوفرة السخية الفياضة إلى أن تشع بداخلك وكأنها قناعة راسخة .

هذا يصل بنا إلى الخطوات النهائية التى سوف تصلك بالعزيمة . ولكن قبل أن تقدم على هذه القفزة الخلفية فى العالم المجهول ؛ أحثك على

اختبار وتفحص كل العقبات التى تفرض عليك تحدياً والتخلص منها وأنت في طريقك لخلق حياة جديدة واستشعار قوة العزيمة التى غُرست فى قلبك حتى قبل أن يُخلق هذا القلب . وقد عبر " وليام بن " عن هذا بقوله :
" إن الشخص الذى لا يسلم زمام نفسه لله سوف يسقط فريسة الطغاة " .
تذكر بينما تواصل القراءة أن هؤلاء الطغاة هى تلك العقبات التى تفرضها أنت على نفسك والتى تعمل على الانتقاص من قدرك والحط من شأنك .

* *



العقبات التى تعترض تواصلك مع العزيمة

" هل الاقتناع التام بوجود شيء ما ، يجعله فعلاً موجوداً ؟
يظن كل الشعراء كذلك " .
وقد نجح هذا الاقتناع التام على مر عصور الخيال فى تحريك الجبال .
ولكن هناك العديد ممن لا يملكون القدرة على الاقتناع التام بأى شيء .

" ويليام بليك " : The Marriage of Heaven and Hell

إنه أحد السطور المقتبسة من كتاب " ويليام بليك " ، وهو الأساس الذى سوف أبنى عليه هذا الفصل عن تخطى العقبات التى تحول دون تواصلك مع طاقة العزيمة اللانهائية . يشير " بليك " إلى أن الشعراء يملكون خيالاً خصباً لا يضاهى وبالتالى فهم يملكون قدرة لانهائية على فعل أى شيء . كما أنه يذكرنا أن هناك الكثير من الناس ممن لا يملكون هذه القدرة على الاقتناع التام .

فى الفصل السابق ؛ قدمت لك بعض المقترحات لكى تشيد علاقات إيجابية مع العزيمة . وقد رتبت الفصول بشكل مقصود على هذا النحو بحيث تدرك ما أنت قادر عليه قبل أن تتعرف على العقبات التى بينتها

أنت نفسك والتى تحول دون تواصلك مع نعمة العزيمة . فى الماضى ؛ كنت أشجع مرضاى عندما كنت أعمل فى مجال الاستشارات النفسية ، والتحليل النفسى ، على التفكر أولاً فيما يريدون تحقيقه فى حياتهم والتشبث بهذه الأهداف بشدة فى خيالهم . وبعد تأكدى من ترسيخ هذه الأفكار كنت أطلب منهم التفكر فى العقبات . وكثيراً ما كان مرضاى يعجزون عن إدراك العقبات حتى بالرغم من أنهم هم الذين صنعوها بأنفسهم . إن تعلم كيفية إدراك أو تبين الطرق التى تصنع بها عواقبك بنفسك يعتبر أمراً غاية فى الأهمية إن كنت على استعداد لاكتشاف هذا الجانب من حياتك . فربما تكتشف بذلك العقبات التى تحول دون وصولك إلى أى اقتناع راسخ لأى شيء .

سوف أخصص هذا الفصل لثلاثة جوانب يمكن أن تشكل عقبات غير مرئية على طريق تواصلك مع قوة وطاقة العزيمة . سوف تختبر من خلال هذا الفصل حوارك الداخلى ومستوى طاقتك وأهميتك الذاتية . إن هذه الفئات الثلاث يمكن أن تكون بمثابة عقبات لا يمكن تخطيها فى طريق استعادة تواصلك مع العزيمة عندما تكون فى حالة عدم توافق . عند تدارس كل عقبة على حدة ؛ سوف تحظى بفرصة إدراك هذه العقبات وفرصة تخطيها والتغلب عليها .

هناك لعبة تقدم منذ عقود من خلال برنامج تليفزيونى على الهواء ، إنها اللعبة التى يطلق عليه اسم لعبة التوافق . والهدف من وراء هذه اللعبة هو التوافق مع أفكارك والاستجابات المحتملة لأى شخص فى فريقك والذى يكون عادة إما الزوج أو أحد أفراد أسرتك . يوجه سؤال أو عبارة للزوج وعدة إجابات محتملة . وكلما زادت نسبة التوافق بين الزوجين وذلك أثناء التنافس مع اثنين من الأزواج الآخرين ؛ حصل الزوجان على عدد أكبر من النقاط . أما الفائز فهو الأعلى نقاطاً .

أحب أن ألعب هذه اللعبة معك . فى لعبتى الخاصة سوف أطلب منك أن تتوافق مع الروح الكونية للعزيمة . وبينما نمر خلال الفئات الثلاث للعقبات التى تعترض طريق تواصلك مع العزيمة ؛ سوف أصف لك جوانب عدم التوافق وسوف أطرح عليك مقترحات لخلق التوافق . تذكر أن قدرتك

على تنشيط طاقة العزيمة فى حياتك تعتمد على مدى التوافق مع المصدر الخالق لكل شيء . إن التوافق مع المصدر ؛ يعنى أن تفوز بجائزة مضاهاة طاقتك وطاقة العزيمة . أما إذا فشلت فى تحقيق هذا ... فسوف تبتعد ابتعاد طاقة العزيمة عنك .

حوارك الداخلى ـ هل ينم عن التوافق أم عدم التوافق ؟

يمكننا أن نشق طريق العودة الطويل إلى الكتب الفلسفية القديمة لكى نعثر على تذكرة عن الحوار الداخلى . يمكننا أن نتذكر على سبيل المثال أن الطريقة التى يفكر بها الإنسان هى التى سوف تشكله . ونحن نطبق بصفة عامة هذه الفكرة أي أننا سنصبح على تفكيرنا الإيجابى بمعنى أنك لو فكرت بصورة إيجابية فسوف تحصل على نتائج إيجابية . ولكن التفكير فى حد ذاته سوف يخلق أيضاً بعض العقبات التى سوف تقودك إلى نتائج سلبية . إليك فيما يلى أربع طرق للتفكير يمكن أن تحول دون تواصلك مع الروح الخلاقة الكونية للعزيمة .

١. **التفكير فى كل ما تفتقده فى حياتك** . لكى تتوافق مع العزيمة ؛ يجب أولاً أن تضبط نفسك فى اللحظات التى تفكر فيها فى كل ما هو مفتقد فى حياتك . ومن ثم الانتقال إلى العزيمة . فلا تفكر فيما تفتقده فى حياتك ، وإنما فكر فى كل ما تنوى أن تفعله وتحققه فى حياتك بدون تشكك أو تردد أو تفسير ! وإليك بعض المقترحات التى سوف تساعدك على كسر عادة التركيز على كل ما هو مفتقد . مارس هذه النسخة من لعبة التوافق وتوافق مع القوة الخالقة لكل شيء :

عدم توافق : لا أملك ما يكفى من المال .

توافق : إننى عازم على اجتذاب السخاء أو الوفرة الفياضة فى حياتى .

عدم توافق : زوجى ممل وكئيب .
توافق : إننى عازم على تركيز أفكارى على محاسن زوجى .

عدم توافق : أنا لست جذاباً كما كنت أحب أن أكون .
توافق : أنا مثالى ورائع ؛ فلقد خلق الله الإنسان فى أحسن صورة .

عدم توافق : أنا لا أملك نشاطاً وحيوية بالقدر الكافى .
توافق : أنا جزء من مد وجزر المصدر اللانهائى للحياة .

إنها ليست لعبة قائمة على التأكيدات الخاوية . إنها طريقة للانسجام مع طاقة العزيمة وإدراك أن كل ما تفكر فيه سوف يتوسع ويمتد . إن قضيت وقتك فى التفكير فى كل ما هو ناقص ومفتقد ؛ فسوف تتمادى فى هذا التفكير . راقب حوارك الداخلى واخلق توافقاً بين أفكارك وما تريد وما أنت عازم على خلقه .

٢. **التفكير فى أحداث ومجريات حياتك** . إن كانت هناك بعض الأحداث والظروف التى لا تروقك فى حياتك ؛ فلا تشغل نفسك بالتفكير فيها . قد يبدو لك هذا الأمر متناقضاً ؛ ففى هذه اللعبة القائمة على التوافق ؛ والتى تسعى من خلالها للتوافق مع روح الخلق ، يجب أن تدرب خيالك (الذى هو العقل الكونى الذى يسرى بداخلك) للتحول من الشيء الذى لا تريده إلى الشيء الذى تريده . إن كل الطاقة الذهنية التى تبذلها فى الشكوى لكل من يصغى سوف تكون بمثابة مغناطيس لاجتذاب المزيد من الشقاء فى حياتك . أنت فقط من يملك القدرة على تخطى هذه العقبة ، لأنك أنت الذى وضعتها فى طريق العزيمة . غير ببساطة حوارك الداخلى لكى يعبر عن الحياة والظروف الجديدة التى تحب أن تكون حياتك عليها .

مارس التفكير من عند نقطة النهاية بممارسة لعبة التوافق واستعادة اتساقك مع ظروف حياتك :

عدم توافق : أكره هذا المكان الذى أعيش فيه ؛ إنه ينغص علىّ حياتى .

توافق : أستطيع أن أرى بيتى الجديد فى مخيلتى وأنا عازم على العيش فيه خلال ستة أشهر .

عدم توافق : عندما أشاهد نفسى فى المرآة ؛ أكره كونى قصير النظر وبديناً .

توافق : سوف أحتفظ بهذه الصورة فوق المرآة ، وأنا عازم على أن أكون عليها .

عدم توافق : لا أحب العمل الذى أقوم به ، لأننى لا أحظى بالتقدير اللائق .

توافق : سوف أعتمد على حدسى الداخلى لكى أخلق العمل أو الوظيفة التى أحلم بها .

عدم توافق : أكره كونى أمرض كثيراً وأصاب بنزلات برد متكررة .

توافق : أنا أتمتع بصحة أنعم بها الله علىّ . وأنا عازم على اتباع الطرق الصحية لكى أكتسب المزيد من القوة وأدعم جهازى المناعى بكل صورة ممكنة .

يجب أن تتعلم أن تتحمل مسئوليتك عن مجريات حياتك بدون أن تشعر نفسك بالذنب . إن تلك الظروف التى تحيط بك فى حياتك

ليست ديناً يجب أن تسدده ، وليست عقاباً فرض عليك . إن ظروف حياتك بما في ذلك صحتك من صنعك أنت . لقد ظهرت بشكل ما فى حياتك ؛ لذا افترض أنك قد شاركت فى كل هذا . إن حوارك الداخلى هو صنع يدك أنت وحدك ، وهو المسئول عن اجتذاب المزيد من الظروف التى لا ترغب فيها . تواصل مع العزيمة واستخدم حوارك الداخلى لكى تبقى مركزاً على ما أنت عازم على خلقه وسوف تجد نفسك قادراً على استعادة طاقة المصدر .

٣. **التفكير فيما كان موجوداً بالفعل .** عندما يركز حوارك الداخلى على الطريقة التى تكون عليها الأشياء بشكل دائم ؛ فإنك توجه فكرك لرؤيتها على هذا النحو ؛ وسوف تعمل القوة الكونية الخالقة لكل شيء على تحقيق ذلك ؛ لماذا ؟ لأن خيالك هو جزء من هذا الذى جاء بك إلى الوجود . إن خيالك يمثل قوة خالقة ؛ وأنت تستخدم هذه القوة لكى تعمل ضد مصلحتك عن طريق حوارك الداخلى .

تصور الروح المطلقة وهى تفكر كالتالى : لابد أن تتوقف عن الاستمرار فى الخلق لأن الأشياء لم تسر كما يجب فى الماضى . فلقد وقع الكثير من الأخطاء فى الماضى وأنا عاجزة عن التوقف عن التفكير فيها ! إلى أى مدى يمكن أن تنجز هذه القوة مهمة الخلق إن سيطر عليها مثل هذا التفكير ؟ وكيف لك أن تتواصل مع قوة العزيمة إن كانت أفكارك وهى مسئولة عن عزيمتك تركز على كل ما حدث فى الماضى ؛ على كل ما تبغضه ؟ والنتيجة تبدو واضحة ؛ وكذلك الحل . يجب أن تُحدث نقلة وأن تضبط نفسك وأنت تركز على ما كان يحدث دائما وتنقل حوارك الداخلى إلى ما تحب أن تنجزه وتكون عليه . وسوف تحصد نقاطاً فى لعبة التوافق هذه عندما تتفق مع الروح المطلقة .

عدم توافق : لقد كنت دائماً أعانى من الفقر ، لقد تربيت ونشأت على هذا النقص والتقتير .
توافق : إننى عازم على اجتذاب الثروة والرفاهية من خلال الوفرة الفياضة .

عدم توافق : لقد شابت هذه العلاقة مشاحنات دائمة .
توافق : سوف أبذل جهدى لكى أضفى عليها السكينة ولن أسمح لأى شخص بأن يثير إحباطى .

عدم توافق : أبنائى لا يكنون لى أى احترام .
توافق : إننى عازم على تلقين أبنائى احترام كل شيء ؛ وسوف أعاملهم بنفس الطريقة .

عدم توافق : لا أستطيع أن أكف عن الشعور بهذه الطريقة . إنها طبيعتى . لقد كنت دائماً هكذا .
توافق : أنا مخلوق مقدس ؛ أنا من صنع الله . ولقد حبانى الله بالعقل وبالقدرة على التفكير . أنا عازم على استبدال مشاعر الدونية بمشاعر الحب والطيبة . إنها اختيارى أنا .

إن مفردات التوافق هى التى تعكس تقارباً مع الروح الخالقة التى هى أصل كل شيء ؛ أما عبارات عدم التوافق فهى التى تمثل التداخل والحواجز التى صنعتها أنت لكى تحول دون توافقك مع العزيمة . إن أى فكرة تشدك إلى الوراء هى عقبة فى طريق تحقيق رغباتك . إن الفهم الذى يعيش معظم الناس وفقه هو أنك إن لم تكن تملك تصوراً وقصة

فهذا يعنى أنك لا تملك الهدف الذى تعيش من أجله . تخلص من كل أجزاء القصة التى تبقى تفكيرك مركزا على ما كان يحدث دائماً .

٤. **التفكير فيما يريده الآخرون منك** . هناك على الأرجح قائمة طويلة من الناس ؛ يشكل الأقارب الجزء الأكبر منهم ممن يملكون تصوراً قوياً لما يجب أن تفعله ؛ وللطريقة التى يجب أن تفكر بها والطريقة التى يجب أن تتعبد بها ؛ والمكان الذى يجب أن تعيش فيه ، والطريقة التى يجب أن تنظم بها حياتك ، ومقدار الوقت الذى يجب أن تقضيه معهم ، وخاصة فى المناسبات الخاصة والعطلات ! إن تعريفنا للصداقة يستبعد ولله الحمد أى استغلال أو أى شعور بالذنب ؛ وهى المشاعر التى كثيرا ما تعترينا بفعل الآخرين .

إن الحوار الداخلى الذى ينطوى على توقعات واستغلال من قبل الآخرين يؤكد أن هذا السلوك مازال متواصلاً فى حياتك . فإن كنت تركز من خلال أفكارك على ما ينتظره الآخرون منك بالرغم من احتقارك لهذه التوقعات فسوف تستمر فى اتباع نفس السلوك والأفعال وسوف تجتذب المزيد من رغباتهم وتوقعاتهم بشأنك . إن تخلصك من العقبات يعنى أن تقرر تحويل حوارك الداخلى إلى ما أنت عازم على خلقه واجتذابه فى حياتك . يجب أن تقدم على ذلك من خلال عزيمة لا تتزعزع والالتزام بعدم بذل أى طاقة ذهنية تجاه ما يشعر به الآخرون عن الطريقة التى يجب أن تعيش بها حياتك . قد يبدو هذا على أنه مهمة صعبة للوهلة الأولى ، ولكنك سوف تستمتع بهذا التحول عندما تنفذه .

تعود على ضبط نفسك وملاحظتها وهى تفكر فيما يريده الآخرون منها وسل نفسك " هل هذا التوقع يتفق مع رغباتى ؟ " إن لم يكن كذلك ؛ اكتف بالضحك والسخرية من نفسك إن شعرت بإحباط أو غضب حيال توقعات الآخرين للطريقة التى يجب أن تدير بها حياتك . إنها طريقة للتوافق والتصدى لانتقادات الآخرين ، وفى نفس الوقت وضع حد لأية ممارسات معوقة تحملك على فعل ما لا تريد

فعله . ولكن المكافأة الكبرى التى سوف تعود عليك هى أن هذا النقد والحكم سوف يتوقف من تلقاء نفسه عندما يكتشف أصحابه أنه بلا طائل . إنه الربح الذى سوف تحصده بالتحول بعيداً عما يريده ويتوقعه الآخرون إلى ما تريده أنت لحياتك .

إليك بعض الأمثلة للفوز في لعبة التوافق :

عدم توافق : أنا منزعج من عائلتى . إنهم لا يفهموننى ولم يفهمونى يوماً .

توافق : أنا أحب عائلتى . إنهم ينظرون إلى الأشياء برؤية تختلف عن رؤيتى ، ولكن هذا لا يثير ضيقى . فأنا أولى كل تركيزى لكل ما أنا عازم على فعله وأكنّ لهم كل الحب .

عدم توافق : إننى أحمل نفسى فوق طاقتها برغبتى فى إرضاء كل شخص .

توافق : أعرف هدفى جيداً وسوف ألتزم به طوال حياتى .

عدم توافق : أشعر بأننى لا أحظى بأى تقدير من قبل كل من أقوم برعايته وخدمته مما يدفعنى أحيانا إلى البكاء .

توافق : إننى أفعل ما أفعله لأن هدفى وقدرى أن أفعل ذلك .

عدم توافق : مهما قلت أو فعلت ؛ يبدو أننى سوف أبقى خاسراً .

توافق : إننى أفعل ما يمليه علىّ قلبى بحب وطيبة وجمال .

مستوى طاقتك ، هل هو فى حالة توافق أم عدم توافق ؟

سوف يخبرك أى عالم بأن الطاقة تقاس بسرعة وحجم الموجة . ويقاس حجم الموجة بتحديد إذا كانت منخفضة أو مرتفعة ، أو ما إذا كانت سريعة أو بطيئة . إن أى حكم آخر نصدره على الظروف التى نراها فى عالمنا هو حكم مفروض على هذه الترددات المتغيرة . بعد أن أرسيت هذا المبدأ ؛ أود أن أضيف هنا حكماً خاصاً بى فى هذا الصدد وهو أن الطاقة المرتفعة أفضل من الطاقة المنخفضة . لماذا ؟ لأن هذا كتاب يكتبه رجل يدعو إلى الشفاء والحب والطيبة والصحة والوفرة والجمال والتعاطف وكل المعانى المشابهة لذلك ؛ وكل هذه المعانى ترتبط بالطاقة العليا السريعة .

إن تأثير الطاقة أو التردد العالى السريع على التردد البطيء المنخفض يمكن أن يخضع للقياس وبهذا يمكنك التخلص من عنصر الطاقة التى تهدد تواصلك مع العزيمة فى حياتك . إن الهدف من وراء الارتقاء على سلم التردد هو أن تغير مستوى الطاقة الاهتزازية والتذبذبية بحيث تصل إلى مستوى التردد الأعلى والأسرع بحيث يتوافق مستوى طاقتك مع التردد الأعلى لكل شيء ؛ أى طاقة العزيمة ذاتها المبدعة لكل شيء : لقد عبر " ألبرت أينشتين " عن ذلك بقوله : " لا شيء يمكن أن يحدث إلى أن يتحرك شيء ماً " .

إن كل شيء فى هذا الكون هو عبارة عن تحرك للطاقة . الطاقة الأعلى والأسرع تذيب وتحول الطاقة الأكثر انخفاضاً والأقل سرعة . وبعد أن تضع هذا فى اعتبارك ؛ أريدك أن تعيد التفكير فى كل أفكارك فى سياق كونك نظامًا للطاقة . هذا صحيح ؛ أنت نظام طاقة ؛ ليس فقط نظاماً يتكون من العظام ؛ أو السوائل ، أو الخلايا ، وإنما أنت بالفعل مزيج من أنظمة الطاقة المتعددة التى تجسد نظام طاقة المشاعر والأفكار والأحاسيس . إن نظام الطاقة هذا الذى تجسده أنت يمكن أن يخضع للقياس والتقييم . إن كل فكرة تطرأ على بالك يمكن أن تقيم من خلال تأثيرها على جسمك والبيئة المحيطة بك . فكلما زاد معدل طاقتك أصبحت أكثر قدرة على تحييد وتحويل أى طاقة أقل انخفاضاً يمكن أن تضعفك وتنال منك ، كما

يمكنك أن تؤثر بطريقة إيجابية على كل من حولك فى محيطك المباشر وحتى البعيد .

إن الهدف من وراء هذا الجزء من الكتاب هو أن تصبح واعياً لمعدل ومستوى طاقتك ، والتردد الفعلى للأفكار التى تطبقها بشكل دائم فى حياتك اليومية . يمكنك أن تكون محترفاً فى رفع معدل طاقتك وتخطى أى عقبة على مستوى الطاقة تضعف أو تعوق تواصلك مع العزيمة . إن هدفك سوف يكون فى النهاية تحقيق توافق مثالى مع التردد المرتفع لكل شيء . إليك تفسيراً بسيطاً لمستويات الطاقة الخمسة التى تتعامل معها ؛ بدءاً بالتردد الأكثر انخفاضاً والأكثر بطئاً إلى التردد الأعلى والأكثر سرعة .

١. **العالم المادى** . الشكل الصلب هو الطاقة البطيئة أى أنها يمكن أن تضاهى تقريبا تصورك الحسى لعالم الحدود . إن كل شيء تراه وتلمسه هو طاقة تعرضت للإبطاء حتى تحولت إلى تلك الكتلة الجامدة . إن عينيك وأصابعك تتفق مع ذلك ، وهذا يعنى أنك فى العالم المادى .

٢. **عالم الأصوات** . نادراً ما يمكنك تصور الموجات الصوتية بواسطة عينيك ولكن يمكنك بالفعل استشعارها . إن هذه الموجات غير المرئية تكون هى الأخرى مرتفعة أو منخفضة ، كما تكون أيضاً سريعة أو بطيئة . إن مستوى الصوت الخاص بالطاقة هو أن تتواصل مع التردد الأعلى للروح من خلال ممارسة تأمل " الجابا " وتكرار الصلوات الربانية كما سبق وشرحت باستفاضة فى **الإمساك بالمقبض** .

٣. **عالم الضوء** . إن الضوء ينتقل بسرعة تفوق سرعة العالم المادى وعالم الصوت ؛ ومع ذلك فليست هناك جزيئات فعلية تشكل مادة يطلق عليها الضوء . إن ما تراه أحمر اللون يرجع إلى رؤية عينيك نفسها لتردد نابض معين ، وما تراه بنفسجى اللون هو تردد أكثر سرعة وأكثر علواً . عندما يشق الضوء الظلام ؛ يتحول الظلام إلى ضوء . إن ما يوحى به ذلك مثير للانبهار . إن الطاقة المنخفضة عندما تواجه طاقة أكثر ارتفاعاً يحدث لها تحول تلقائى .

٤. **عالم الفكر .** أفكارك هى عبارة عن تردد بالغ الارتفاع من الذبذبات التى تتحرك بسرعة تفوق سرعة الصوت ، وحتى سرعة الضوء . إن تردد الأفكار يمكن أن يخضع للقياس ، كما أن تأثير الأفكار على جسدك وعلى البيئة المحيطة بك يمكن أن يحسب . ونكرر مرة أخرى ؛ تنطبق نفس القواعد هنا . فالتردد الأكثر ارتفاعا يلغى الأقل ارتفاعاً ، كما أن الطاقة الأكثر سرعة تحول الطاقة الأقل سرعة أو الطاقة المنخفضة . سجل أحد زملائى الذين أعتز بهم كثيراً وهو الدكتور " ديفيد هوكينز " أحد أعماله الذى كثيراً ما أرجع إليه وهو العمل الذى أطلق عليه اسم " الطاقة مقابل القوة " أو Power vs. Force . وفى هذا الكتاب الرائع ؛ يستفيض الدكتور " هوكينز " فى حديث عن الترددات المنخفضة وكيف أنها تتأثر وتتحول بالتعرض إلى موجات تردد أكثر ارتفاعاً وسرعة . وأوصيك بقراءة هذا الكتاب وسوف أطرح بدورى بعض ما خلص إليه الكتاب فى الجزء الخاص برفع مستويات الطاقة لديك . إن كل فكرة تطرأ على بالك يمكن أن تخضع للحساب لتحديد ما إذا كانت تضعف أو تقوى قدرتك فى استعادة تواصلك مع الطاقة الأكثر ارتفاعاً وسرعة فى الكون .

٥. **عالم الروح .** إنها الطاقة العليا . إنها تملك تردداً خارق السرعة يحول دون ظهور أى فوضى أو عدم انسجام أو حتى مرض . تتألف هذه الطاقة القابلة للقياس من أوجه العزيمة السبعة التى تحدثت عنها خلال صفحات هذا الكتاب . إنها طاقات الخلق . فعندما تولدها داخل نفسك ؛ فإنك تولد نفس صفات خلق الحياة التى جاءت بك إلى الوجود . إنها صفات الخلق والطيبة والحب والجمال والتوسع والوفرة الفياضة والقدرة على الاستقبال . إنها الطاقات العليا للروح الكونية ذاتها . لقد خرجت إلى هذا الوجود من هذه الطاقة ويمكنك أن تتوافق معها بفاعلية كلما خلصت أفكارك ومشاعرك من الذبذبات منخفضة الطاقة .

فكر فى الكلمات التالية للفيزيائى " ماكس بلانك " الفائز بجائزة نوبل فى الدراسة التى أجراها على الذرة : " بصفتى رجلاً كرس كل حياته لهذه الحقيقة العلمية بالغة الأهمية ؛ أي دراسة المادة ؛ يمكننى أن أقول بناءً على ما خلصت إليه من خلال بحثى عن الذرة : أن المواد لا توجد هكذا بشكل عشوائى ! بمعنى أن كل المواد تنبع وتتواجد بفضل قوة تقف وراء خلق كل جزيئات الذرة التى تجعلها تتذبذب وتحفظ حتى أكثر ذرات النظام الشمسى تناهياً فى الصغر مع بعضها البعض ... يجب أن نؤمن بأن وراء قوة الوجود الخارقة هذه عقلاً حكيماً وواعياً . هذا العقل هو منبت وأصل كل شيء " . هذا هو العقل الذى أحثك على التوافق معه .

رفع مستوى طاقتك

إن كل فكرة تطرأ على بالك تملك طاقة سوف تعمل إما على تقويتك أو إضعافك . لذا فمن الأفضل أن تسعى لتحاشي كل الأفكار التى تعمل على إضعافك . بما أن هذه الأفكار تعد بمثابة عقبات لخلق توافق جيد مع الكون والمصدر الأعلى للعزيمة . تأمل لدقيقة المعنى الكامن وراء الكلمات والخواطر التالية " لأنتونى دى ميلو " فى قصيدته One Minute Wisdom:

لماذا يشعر الجميع هنا بالسعادة إلا أنا ؟
قال المعلم " لأنهم تعلموا كيف يرون الخير والجمال
فى كل شيء " .

ولمَ لا أرى الخير والجمال فى كل شيء ؟
" لأن ما تعجز عن رؤيته بداخل نفسك تعجز عن رؤيته خارجها " .

إن ما تعجز عن رؤيته داخل نفسك ما هو إلا نتيجة للطريقة التى قررت أن تتعامل بها مع كل شيء وكل شخص فى هذا العالم . فأنت تعكس فى العالم ما تراه بداخل نفسك ، وسوف تعجز عن عكس ما سوف تعجز عن

رؤيته بداخل نفسك . إن كنت قد عرفت أنك تعبير وتجل لروح العزيمة الكونية ؛ لكان هذا هو ما رأيته ، لكنت قد رفعت مستوى طاقتك فوق كل احتمال لكي توثق علاقتك بقوة العزيمة . إن عدم توافقك مع مشاعرك الشخصية هو الذى سوف يحرمك من رؤية كل الأشياء الجيدة التى تحملها لك الحياة ! إن فهمت هذه الملاحظة البسيطة ؛ فسوف تتخطى كل الحواجز التى تفصلك عن العزيمة .

هناك ترددات وذبذبات تصدر عن أفكارك ومشاعرك وجسدك . إننى أطالبك بأن تزيد من هذه الترددات بحيث ترتفع إلى الحد الذى يسمح لك بالتواصل مع قوة وطاقة العزيمة . وقد يبدو لك ذلك تبسيطًا مبالغًا فيه ؛ ولكننى أتمنى أن تحاول أن ترفع مستوى نشاطك كوسيلة للتخلص من كل العقبات التى تحول دون شعورك بالمثالية التى تشكل جزءاً منها . لن تستطيع أن تصلح أي شيء إذا أصررت على إدانته . إن ما تفعله بذلك هو أنك تزيد من مقدار الطاقة المدمرة التى تعكر بالفعل صفو محيط حياتك الذى تعيش فيه . فعندما تتفاعل مع الطاقات المنخفضة بطاقتك المنخفضة فسوف تجتذب بذلك المزيد من الطاقة المنخفضة . إن تصرف شخص ما معك ـ على سبيل المثال ـ بشكل عدائى أو ينم عن حقد أو كراهية وتجاوبت معه بالمثل فهذا يعنى أنك تشاركه نفس مجال الطاقة المنخفضة ، ويجب أن تعلم أن هذا سوف يؤثر على كل من سيدخل فى نطاق هذا المجال المنخفض من الطاقة . إن كنت تشعر بالغضب حيال الأشخاص المحيطين بك لأنهم يعيشون حالة غضب دائم ؛ فهذا يعنى أنك تسعى لعلاج الموقف من خلال الإدانة .

لا تستخدم الطاقات المضعفة التى يستخدمها المحيطون بك . إن أحدًا لن يستطيع النيل منك أو إحباطك إن كان مستوى طاقتك مرتفعا . لماذا ؟ لأن الطاقة الأكثر ارتفاعا وسرعة تحيد وتحول الطاقات المنخفضة البطيئة وليس العكس . إن كنت تشعر بأن الطاقات المنخفضة للمحيطين بك تحبطك ؛ فاعلم أن هذا يرجع إلى كونك تشاركهم نفس مستوى الطاقة المنخفضة .

قد يكون عزمك الكامن هو أن تصبح نحيفاً وتتمتع بالصحة . وأنت تعلم أن الروح الكونية الخالقة هى التى أوجدتك فى شكل نقطة مجهرية لنسيج خلوى بشرى خلق لكى يكون صحيحاً وليس مريضاً أو زائد الوزن أو مفتقراً إلى الجاذبية ... وإنما لكى يخلق الحب ويكون طيباً ويعبر عن الجمال . فإن هذا هو ما أرادته لك طاقة العزيمة . والآن استوعب الكلمات التالية جيدا : " **لن تستطع أن تجتذب الجاذبية فى حياتك من خلال كراهية أى شيء سمحت لنفسك أن تصبح عليه** . لماذا ؟ لأن الكراهية سوف تولد طاقة مضادة من الكراهية التى سوف تحبط جهودك . وإليك الطريقة التى عبر بها الدكتور " هوكينز " عن هذا الأمر فى كتابه Power vs. Force :

> إن مجرد تعاملك بطيبة مع نفسك ومع كل ما هو حى هو أكبر طاقة قادرة على التحويل . إنها القوة التى لن تسبب انتكاساً أو أثرًا جانبيًا أو أية خسارة أو يأس . إنها القوة التى تزيد من طاقة الفرد الشخصية بدون أى استثناء . ولكن لكى تصل هذه الطيبة إلى أعلى معدلاتها يجب ألا تسمح لها بأى استثناء ؛ كما أنه لا يمكن ممارستها مع الاحتفاظ بقدر من الأنانية الشخصية . إن النتائج العظيمة التى سوف تعود بها هذه الطيبة عليك لا تقل عظمة عن عظمة بساطتها . (لاحظ أن الطيبة هى وجه من أوجه العزيمة السبعة) .

وقد أضاف " هوكينز " قائلا :

> إن كل ما يسبب جرح الشاعر يفقد قدرته على الإيذاء عندما يخرج إلى النور ؛ وسوف نجتذب إلينا نفس المشاعر التي صدرت عنا .

إن الدرس واضح فيما يخص التخلص من الطاقات المنخفضة المعرقلة . يجب أن نسمو بأنفسنا إلى مستوى الطاقات الأكثر ارتفاعاً بحيث نصبح الضوء الذى نبحث عنه والسعادة التى نتطلع إليها ؛ بحيث نكون الحب الذى نفتقده ؛ وبحيث نكون الوفرة الفياضة التى نتوق إليها . إننا عندما

نكون كذلك ؛ سوف نجتذب كل هذا إلينا. إن إدانة غياب كل هذه الأشياء لن يجلب لنا سوى المزيد من الإدانة وعدم الاتفاق فى حياتنا .

إن كنت تعيش فى حالة تقتير وحقد وإحباط ؛ وغياب الحب ؛ وإن كنت تعيش فى ظل أى عجز يعوق قدرتك على تحقيق ما تصبو إليه ؛ فيجب أن تبحث بجدية عن كل ما جلب لك كل هذا الإحباط فى حياتك . إن الطاقة المنخفضة هى نمط جاذب . إنها تظهر لأنك قد دعوتها لتأتى إليك حتى إن كان هذا قد حدث على مستوى اللاوعى . ولكنها تبقى طاقتك أنت أى أنك أنت الذى يملكها . ومع ذلك فإنك إن تعمدت رفع معدل طاقتك بإدراكك التام للبيئة المحيطة بك فسوف تسرع الخطى صوب العزيمة وسوف تتخلص من كل العقبات التى وضعتها بنفسك على دربك . إنها العقبات التى تولد هذه الطاقة المنخفضة .

برنامج مصغر لرفع ذبذبات الطاقة

إليك قائمة صغيرة ببعض المقترحات لكى تنقل مجال طاقتك إلى معدل تذبذب أكثر سرعة . سوف يساعدك هذا على تحقيق هدف مزدوج وهو التخلص من العقبات واجتذاب قوة العزيمة بحيث تعمل معك وتعمل من خلالك .

التفت إلى أفكارك . إن كل فكرة تملكها تؤثر عليك . إن الانتقال من فكرة مضعفة إلى فكرة مقوية ؛ سوف يرفع تذبذب الطاقة ويقوى نفسك ويقوى مجال طاقتك الفورى . فعندما كنت فى خضم انتقادى لابنتى المراهقة ـ على سبيل المثال ـ لكى أثير بداخلها الشعور بالخجل أو سوء التصرف ؛ توقفت وذكرت نفسى أن الإدانة ليست علاجاً . فواصلت حديثى بنبرة حب وتفهم وسألتها عن شعورها حيال هذا التصرف غير اللائق وكيف يمكنها أن تصلح هذا التصرف . إن هذا التحول قد رفع مستوى الطاقة وقادنا إلى حديث مثمر .

إن رفع مستوى الطاقة إلى نقطة جعلتنى أنا وابنتى نتواصل مع قوة العزيمة لم يستغرق منى سوى جزء من الثانية من الإدراك الذاتى لتفكيرى منخفض الطاقة واتخاذ قرار برفع هذه الطاقة . وكلنا يملك القدرة على الاستدعاء والاتصال بطاقة العزيمة وتفعيلها عند إدراكنا لما يعترينا من أفكار .

اجعل التأمل جزءًا من برنامجك اليومى . حتى إن اقتصر التأمل على بضع دقائق يومياً أثناء إشارة المرور . إن هذه الممارسة تعتبر ممارسة حيوية . استغرق فى الصمت لبعض الوقت واذكر الله بداخلك . إن التأمل سوف يسمح لك بأن تتواصل بشكل مقصود مع المصدر وتستعيد طاقة العزيمة بمساعدتك على غرس قدرة استقبال تتوافق مع قوة الخلق .

انتبه إلى نوعية الطعام الذى تتناوله . هناك أطعمة تجتذب الطاقة المنخفضة ، بينما هناك أطعمة تولد طاقة مرتفعة . إن الأطعمة التى تحتوى على مواد كيميائية سامة سوف تضعفك حتى إن لم تكن تدرك وجود هذه السموم . كما أن الأطعمة الصناعية مثل المحليات الصناعية تعتبر أيضاً من الأطعمة منخفضة الطاقة . إن الأطعمة مرتفعة الطاقة بشكل عام تتمثل فى الأطعمة مرتفعة القلوية مثل الفاكهة والخضر والصويا والخبز الخالى من الخميرة وزيت الزيتون البكر ، وكلها تولد طاقة مرتفعة وتقوى عضلاتك ؛ بينما تعمل الأطعمة مرتفعة الحمضية مثل السيريال المصنوع من الدقيق ، واللحوم ، ومنتجات الألبان والسكر على خفض توليد الطاقة المنخفضة التى من شأنها أن تضعفك . هذا ليس حكماً مطلقاً ينطبق على كل شخص ومع ذلك يمكنك أن تلاحظ نفسك تتبين ما تشعر به بعد تناول بعض أنواع من الأطعمة ؛ فإن شعرت بأنك خامل وضعيف ومتعب ؛ فهذا يعنى أنك قد سمحت لنفسك بأن تتحول إلى الطاقة المنخفضة التى سوف تجتذب المزيد من الطاقة المنخفضة فى حياتك .

امتنع عن تناول المواد منخفضة الطاقة . لقد سبق وطرحت هذا الأمر فى الفصل الأول ، وكيف أننى أقلعت نهائياً عن تناول الخمر ، وكيف أن هذا

كان أمرا أساسيا بالنسبة لى لكى أصل إلى درجة الوعى اللازمة التى أستطيع من خلالها أن أحقق ما أصبو إليه . إن الخمر وكل العقاقير المخلقة سواء كانت مشروعة أو غير مشروعة تقلل من مستوى طاقتك وتضعفها . كما أنها تضعك فى موضع يعمل على اجتذاب المزيد من الطاقة المحبطة فى حياتك . إن تناول المواد منخفضة الطاقة سوف يجذب المزيد من الأشخاص منخفضى الطاقة فى حياتك . سوف يرغبون فى شراء هذه المادة من أجلك ومشاركتك تناولها والشعور بالانتشاء إثر تعاطيها ، كما سوف يحثونك على مواصلة التعاطى حتى بعد شفاء جسدك من الآثار المدمرة للمواد منخفضة الطاقة .

تعرف على مستوى الطاقة للموسيقى التى تستمع إليها . إن الذبذبات المرتفعة الصاخبة القوية التى تعتمد على الأصوات المتكررة العالية تقلل من مستوى طاقتك وتضعفك ، وتضعف قدرتك على إقامة تواصل مقصود مع العزيمة . كما أن كلمات الأغانى التى تعبر عن الكراهية والحقد والألم والخوف والعنف تقلل أيضا من مستوى طاقتك وتبعث برسائل مضعفة إلى عقلك الباطن وتفعم حياتك بطاقات جاذبة مماثلة . إذا كنت تريد أن تجتذب طاقات العنف ؛ فاستمع إلى الكلمات العنيفة واجعل الموسيقى العنيفة جزءاً من حياتك . وإن كنت تريد أن تجتذب الشعور بالأمان والحب ؛ فاستمع إلى الذبذبات الموسيقية الأعلى والكلمات التى تعكس رغباتك .

كن مدركاً لمستويات الطاقة التى تحيط ببيئتك المنزلية . إن الصلاة ، والرسومات ، والكريستال ، والتماثيل ، والنصوص الروحانية ، والكتب ، والمجلات ، وألوان الجدران ، وحتى ترتيب الأثاث فى منزلك يحمل طاقة تنطبع عليك خلال نصف ساعات استيقاظك على الأقل . ومع أن هذا الأمر قد يبدو سخيفاً أو أحمق ؛ إلا أننى أحثك على التخلص من طريقتك التقليدية فى التفكير ، وتقبل كل ما هو جديد ومستغرب . لقد عاش فن " الفنج شى " الصينى القديم على مدى آلاف السنوات وهو هبة من الأسلاف إلينا . إنه يصف الطرق التى نزيد بها مجال الطاقة فى المنزل

ومكان العمل . كن مدركاً لكيفية تأثير المحيط مرتفع الطاقة عليك بطرق تقوى حياتك وتخلصك من كل الحواجز التى تعوق تواصلك مع العزيمة .

قلل من تعرضك للطاقة بالغة الانخفاض الناجمة عن مشاهدة برامج التلفاز غير الهادفة . يشهد الأطفال فى أمريكا فى المتوسط اثنى عشر ألف جريمة قتل مصطنعة وهم جالسون فى أماكنهم قبل بلوغهم الرابعة عشرة ! إن البرامج التليفزيونية الجديدة تركز على كل ما هو سيئ وقبيح وتفرضه عليك فى بيتك مع تركها – إلى حد كبير – لكل ما هو خير وجيد . إنه سيل متدفق للسلبية يقتحم عليك المكان الذى تعيش فيه ويجتذب المزيد من السلبية فى حياتك . إن العنف هو العنصر الأساسى للتسرية فى التلفاز تتخلله فقرات من الإعلانات التجارية التى تروج للعقاقير التى توحى إلينا بأن سعادتنا تكمن فى تناول هذه الأقراص التى يروجون لها ! وينخدع جمهور المشاهدين بما يقال لهم من أنهم بحاجة إلى جميع أنواع العقاقير منخفضة الطاقة للتغلب على جميع الأمراض البدنية والنفسية التي تعرفها الإنسانية .

لقد استنتجت من خلال هذا أن معظم برامج التلفاز ما هى إلا تدفق للطاقة المنخفضة فى معظم الوقت . إنها أحد الأسباب التى جعلتنى أكرس النصيب الأكبر من وقتى وجهدى لمساندة التلفاز العام غير التجارى والمساعدة على استبدال الرسائل السلبية التى تنم عن العجز والعنف والإغراق فى الأمور الدنيوية وعدم الاحترام للمبادئ السامية التى تتناسب مع قيم ومبادئ العزيمة .

ضاعف مجال طاقتك من خلال الصور الفوتوغرافية . قد تجد صعوبة فى تصديق ذلك . فالصور هى أحد الأشكال المولدة للطاقة كما أن كل صورة تحتوى على قدر من الطاقة . لاحظ ذلك بنفسك بتعمد وضع صور معينة تعبر عن السعادة والحب والقدرة على الاستقبال والتلقى فى أماكن معينة فى غرفة معيشتك ، أو فى البيئة المحيطة بك ، أو فى مكان عملك ، أو سيارتك وحتى تطبعها على ملابسك ، أو تضعها فى جيبك أو محفظتك .

اقتن الصور الطبيعية والتى تضم الحيوانات وتعبر عن السعادة والحب وزين بها المحيط الذى تعيش فيه ودع طاقة هذه الصور تشع وتنفذ إلى قلبك وتمدك بالتردد عالى المستوى .

أدرك مستوى طاقة معارفك وأصدقائك وعائلتك الكبيرة . يمكنك أن ترفع مستوى طاقتك بأن تتواجد فى مجال طاقة الآخرين ممن يتجاوبون بشكل وثيق مع الإدراك أو الوعى الروحانى . قرر أن تقيم علاقة تقارب وثيق مع كل الأشخاص الذين يمكن أن يمدوك بالطاقة ؛ الأشخاص الذين يتواءمون مع حسك بالتواصل مع العزيمة ؛ الأشخاص الذين يرون مواضع عظمتك ؛ الأشخاص المتصلين بالله ؛ والذين يعيشون حياة تنم عن تواصلهم الروحانى . تذكر أن الطاقة المرتفعة تزيل وتحول الطاقة المنخفضة ؛ لذا يجب أن تكون مدركا لوجودها وأن تتفاعل معها من خلال الأشخاص من أصحاب الطاقة المرتفعة المتصلين بتلك الروح ممن يعيشون حياة متصلة بالعزيمة . ابق فى مجال طاقة هؤلاء الأشخاص مرتفعى الطاقة وسوف تجد أن غضبك وكراهيتك وخوفك وإحباطك قد تلاشى بواسطة قوة سحرية حولتك إلى طاقة العزيمة الأكثر ارتفاعاً .

راقب أنشطتك والأماكن التى تمارس فيها هذه الأنشطة . تجنب كل المجالات منخفضة الطاقة التي تتواجد فيها الخمور والمخدرات ، أو حيث تمارس السلوكيات العنيفة ، أو حيث يتم إصدار أحكام مسبقة على الآخرين بسبب الدين أو أى انتماء عرقى أو أخلاقى . كل هذه الأماكن سوف تحبط محاولاتك فى رفع مستوى طاقتك وسوف تشجعك على التوافق مع الطاقات المنخفضة المعوقة . تأمل الطبيعة بعمق واستشعر جمالها واقض وقتك فى المعسكرات وتسلق المرتفعات والسباحة والسير وسط المناظر الطبيعية واستمتع بهذا العالم الطبيعى . احضر محاضرات عن الروحانيات وعن " اليوجا " ؛ مارس تدليك الآخرين أو اخضع لجلسات تدليك ؛ وزر دور العبادة أو مراكز التأمل وألزم نفسك بمساعدة الآخرين من المحتاجين من خلال زيارة دور المسنين ، أو زيارة المرضى من الأطفال فى

المستشفيات . إن كل نشاط يملك مجالاً للطاقة . قرر أن تتواجد فى الأماكن التى تعكس فيها الطاقة أوجه العزيمة السبعة .

مارس التصرفات والأفعال التى تنم عن الطيبة بدون أن تنتظر مقابلاً .
أرسل مساعدات مالية بدون أن تفصح عن نفسك إلى الأشخاص المحتاجين وافعل ذلك بدافع الطيبة والحرص على إسعاد الآخرين بدون حتى أن تنتظر كلمة شكر واحدة . فَعِّل رغبتك فى الاستحواذ بتعلم حسن معاملة الغير مع تنحية الأنا الخاصة بك جانباً تلك الأنا التى تتوق إلى المديح والثناء . هذا مطلب أساسى لا غنى عنه لكى تستعيد تواصلك مع العزيمة لأن الروح الكونية الخالقة سوف تقابل حسن تعاملك وطيبتك بالمثل وسوف تتساءل قائلة : كيف يمكن أن أرد صنيعك الطيب بالمثل ؟

اجمع بعض النفايات وألقها فى سلة المهملات بدون أن تخبر أحدًا بما فعلته . بل اقض عدة ساعات فى تنظيف وترتيب الفوضى التى أحدثها غيرك . إن أى تصرف طيب تقوم به مع نفسك أو مع الغير أو مع البيئة سوف يصلك بروحك الداخلية الطيبة التى هى تعبير عن الطاقة الكونية للعزيمة . هذا منشط لك ؛ إنها طاقة سوف تتدفق من جديد فى حياتك .

وتوضح هذه القصة الرائعة التي ألفها " روث ماكدونلدز " وتحمل اسم "The Valentine " ، نوع العطاء الذى أتحدث عنه هنا . والطفل الصغير فى القصة هو رمز هذا الاستحواذ الذى أشرت إليه .

كان فتى صغيراً خجولاً ؛ ولم يكن يتمتع بشعبية كبيرة بين الأطفال فى الصف الأول . ومع اقتراب عيد الحب ؛ سعدت أمه سعادة غامرة عندما طلب منها مساء أحد الأيام أن تجلس وتدون كل أسماء زملائه فى الفصل لكى يرسل إلى كل منهم بطاقة فى عيد الحب . أخذ يتذكر ببطء أسماء كل زملائه ويكررها بصوت مرتفع بينما كانت أمه تسجلها على قطعة من الورق . كان أكثر ما يخشاه أن ينسى اسمًا من الأسماء .
أحضر الطفل بطاقات عيد الحب والمقص والألوان واللاصق وأمسك بقائمة الأسماء لكى يعد بطاقة لكل اسم بينما كانت أمه تقوم بطبع الاسم على قطعة ورق فور انتهائه من إعداد كل بطاقة . أخذت والدته تراقبه وهو يعمل بكد

لنسخ الاسم على كل بطاقة . كانت سعادته تزداد كلما ارتفعت كومة البطاقات .

وهنا بدأ القلق يتسرب إلى والدة الطفل ؛ ماذا لو لم يتذكره أحد فى يوم عيد الحب . كان الطفل يهرع كل يوم بعد المدرسة لكى يواصل مهمته فى إعداد البطاقات ؛ لدرجة جعلت جميع الأطفال الذين يلعبون فى الشارع ينسون وجوده أصلاً . كيف يمكن أن يكون حاله إن ذهب إلى الحفل حاملا سبعًا وثلاثين بطاقة حب بدون أن يعود ببطاقة حب واحدة فى المقابل ! أخذت الأم تسأل نفسها إن كانت هناك طريقة تسرب بها بعض البطاقات إلى أصحابها بحيث تضمن حصوله على بعض بطاقات فى المقابل على الأقل . ولكن الطفل كان يحرس عمله بمنتهى الحرص والحذر مما لم يتح لها هذه الفرصة . فما كان منها إلا أن استسلمت لما تستسلم له كل أم فى العادة ؛ الانتظار فى صبر .

وأخيرا ، جاء يوم عيد الحب ؛ أخذت تراقبه وهو يسير فى الطريق الذى تغطيه الثلوج ؛ حاملاً علبة البسكويت التى اتخذت شكل قلوب فى يد وحقيبة البطاقات السبع والثلاثين التى اجتهد فى إعدادها فى اليد الأخرى . وأخذت تراقبه بقلب خافق وهى تتضرع إلى الله " أدعوك يا ربى أن يحصل على بضع بطاقات على الأقل ! "

بقيت طوال اليوم منهمكة فى ممارسة الأعمال ولكن قلبها كان هناك فى المدرسة . ومع حلول الساعة الثالثة والنصف ؛ حملت أدوات الحياكة إلى المقعد الذى تستطيع من فوقه أن تكشف أكبر قدر من الشارع .

و أخيراً ظهر ابنها وحيداً . غاص قلبها فى صدرها . ظهر فى آخر الشارع ؛ وهو يستدير بين الحين والآخر لكى يشق طريقه وسط الهواء الثقيل . ركزت بصرها وأجهدت عينيها لكى ترى التعبير المرتسم على وجهه . لم تر من هذا البعد سوى وجه تكسوه الحمرة .

لم تتمكن من رؤية البطاقة الوحيدة المعلقة فى قفازه الأحمر الصغير إلا عندما اقترب من المنزل . بطاقة واحدة فقط . كما أنها على الأرجح من مدرس الفصل . اغرورقت عيناها بالدموع . وضعت حياكتها وجرت لكى تستقبله عند باب المنزل .

" ما هذه الخدود الحمراء ! " واستقبلته قائلة : " دعنى أفك عنك رابطتك . هل كان البسكويت شهياً ؟ " .

استدار نحوها بوجه مضيء يشع سعادة ورضا تاماً . وقال لها : " هل تعلمين ما حدث يا أمى ؟ ، إننى لم أنس اسمًا واحداً !

كن محدداً عند تأكيد عزمك على زيادة مستوى طاقتك وخلق رغباتك .
اصنع لوحات واكتب عليها ما تعتزم القيام به ثم ضعها فى أماكن استراتيجية بحيث تكون قادراً على ملاحظتها وقراءتها على مدار اليوم . مثل " إننى عازم على اجتذاب العمل الذى أريده فى حياتى . إننى عازم على أن أكون قادراً على شراء السيارة التى أتصور نفسى وأنا أقودها مع حلول نهاية الشهر المقبل . إننى عازم على تخصيص ساعتين من وقتى هذا الأسبوع لمساعدة المحتاجين . إننى عازم على شفاء نفسى من هذا الإجهاد المتواصل " .

إن هذه التأكيدات المكتوبة تملك طاقة ذاتية وسوف تقودك نحو رفع مستوى طاقتك . إننى أطبق ذلك شخصياً على نفسى . وقد وصلنى فى هذا الصدد لوحة جميلة ؛ تحمل كلمات رقيقة اعتدت أن أنظر إليها كل يوم . وقد كتبت لى المرسلة فى خطابها الذى ألحقته بالهدية : " إننى أبعث إليك بهذه الهدية ؛ التى كتبتها بنفسى لك فى محاولة للتعبير عن امتنانى العميق لنعمة وجودك فى حياتى . إننى واثقة من أن الشعور الذى عبرت عنه هو شعور عالمى ؛ شعور أى روح تحادث روحًا أخرى شاركتها هذا الإحساس الطيب على ظهر هذا الكوكب . أتمنى أن يعود عليك هذا الحب والضوء الذى تشعه على الآخرين بعطاء فياض زاخر ؛ يا دكتور " داير " .
وهذه هى الكلمات الجميلة المدونة على اللوحة :

لقد وجدت الروح
صداها فيك
فى تلك الحقائق النابضة
وهذا المجد الرائع

لقد وجدت الروح فحواها
من خلالك بطرق رنانة وجلية

لقد وجدت الروح سعادتها
من خلالك إلى المدى الذى
لا يعرف الحدود أو النهايات

إلى كل من له بصيرة
بفضل هديتك ومنحك
لقد وجدت الروح
جناحيها ونورها

إننى أقرأ هذه الكلمات يومياً لكى تذكرنى بتواصلى مع الروح وتحث الكلمات على التدفق من قلبى إليك ؛ ولكى تحقق عزيمتى وتساعدك على تحقيق عزيمتك .

أكثر كلما أمكن استدعاء روح التسامح فى عقلك . لقد وجد من خلال إجراء اختبار للعضلات ؛ أنك إن كنت تنوى الانتقام من أحد ؛ فسوف تضعف عضلاتك ، بينما تجعلك نية التسامح قوياً . إن الانتقام والغضب والكراهية ما هى إلا طاقات بالغة الانخفاض سوف تحول دون توافقك مع سمات القوة الكونية . إن مجرد التفكير فى التسامح مع أى شخص كان قد أغضبك فى الماضى بدون أن تقدم على فعل أي شيء سوف يرفع مستوى روحك ويساعدك على تحقيق عزيمتك الشخصية .

يمكنك إما أن تخدم الروح بعقلك أو أن تستخدم نفس العقل لكى تنفصل عن روحك . إن ارتباطك الوثيق بأوجه العزيمة الروحية السبعة سوف تصلك بهذه القوة . أما إن انفصلت عنها ؛ فسوف يحل محلها شعورك بالأهمية الشخصية والأنا .

إليك العقبة الأخيرة التى تقف فى طريق تواصلك مع العزيمة .

* * *

أهميتك الذاتية

فى كتابه The Fire from Within ؛ يحكى " كارلوس كاستيندا " عن تلك الكلمات التى سمعها من معلمه فى مجال المصدر : " إن الإحساس بأهمية الذات ألد أعداء الإنسان . إن ما يضعف الإنسان هو شعوره بالقهر

أمام أفعال وسوء أفعال غيره من بنى البشر . إن الإحساس بالأهمية الذاتية يتطلب أن يقضى الشخص جل حياته غارقاً فى شعوره بالقهر من جراء شخص أو شيء ما " . هذا معوق أساسى للتواصل مع العزيمة ؛ إنها هوة عدم التوافق .

إن شعورك بأهميتك الذاتية هو الذى يجعلك فى الأساس تشعر بأنك شخص مميز ؛ لذا يجب أن نطرح هذا المفهوم الخاص بتميزك . يجب أن تحمل حساً قوياً بالذات وأن تشعر بأنك شخص فريد . ولكن المشكلة تحدث عندما تخطئ التعرف على حقيقتك وماهيتك وتنظر إلى نفسك باعتبار أنك مجرد جسد وإنجازات وممتلكات ، مما يدفعك إلى اعتبار من هم أقل منك من حيث الإنجاز على أنهم أدنى منك ، كما أن هذا الشعور بالتفوق والأهمية الذاتية هو ما سوف يجعلك تسقط دائماً فريسة الشعور بالقهر بشكل أو بآخر . إن هذا السوء فى التعرف على المصدر هو سبب معظم مشاكلك ؛ ومعظم مشاكل الجنس البشرى بأسره . إن شعورك بالتميز سوف يقودك إلى الشعور بالأهمية الشخصية . لقد كتب " كاستيندا " فى مرحلة متأخرة من حياته ؛ بعد عدة سنوات من دخوله فى عالم المصدر عن عدم جدوى الأهمية الذاتية قائلاً : " كلما فكرت فى مسألة الإحساس بالأهمية الذاتية وتحدثت عنها وراقبتها فى نفسى وفى غيرى من بنى البشر ؛ ازددت اقتناعاً بأنها معوق لأى نشاط أو تفاعل أو فكرة .. لا تنظر إلى الذات على أنها نقطة تركيز محورية " .

إن وضع الذات فى النقطة المحورية الأساسية ؛ يجعلك تتصور أنك أنت جسدك مما يعنى الانفصال التام عن كل الآخرين . وهذا الانفصال سوف يقودك إلى التنافس بدلاً من التعاون مع كل شخص آخر . وفى النهاية سوف يؤول بك المآل إلى عدم التوافق مع روحك وسوف يصبح هذا الانفصال عقبة هائلة فى طريق تواصلك مع قوة وطاقة العزيمة . لكى تتخلص من أهميتك الذاتية ؛ يجب أن تكون أكثر إدراكاً إلى الطريقة التى تؤصل بها هذا الشعور داخل حياتك . إن الأنا هى ببساطة الفكرة التى تحملها عن نفسك . وهى بهذا المفهوم يمكن أن تخضع لعملية جراحية

يطلق عليها اسم استئصال الأنا ! إن هذه الفكرة عن الطريقة التى تفكر بها فى نفسك سوف تلتهمك وتحول دون تواصلك مع العزيمة .

سبع خطوات للتغلب على سيطرة الأنا عليك

إليك سبعة مقترحات سوف تساعدك على تخطى الأفكار التى تنم عن الإحساس بالأهمية الذاتية ، ولقد تم تصميم كل هذه الأفكار لكى تساعدك على قهر الإحساس بأهميتك الذاتية النابعة من الأنا .

١. **توقف عن الإحساس الدائم بالاستياء** . إن سلوك الآخرين لا يجب أن يكون سبباً في إحساسك بالعجز . إن ما يشعرك بالإهانة لن يصيبك إلا بالضعف . إن كنت تبحث عن أي فرصة كي تشعر بالإرهاق ؛ فسوف تجدها فى كل لفتة . إنها الأنا الخاصة بك التى تسعى لإقناعك بأن العالم ما كان يجب أن يكون على هذه الصورة . ولكن مع ذلك يبقى بوسعك أن تظل ممتناً لهذه الحياة وأن تتوافق مع الروح الكونية الخالقة . إنك لن تصل إلى قوة وطاقة العزيمة إن كنت تشعر بالقهر . تصرف بكل طريقة ممكنة لكى تستأصل أهوال العالم ؛ النابعة من الشعور المتفاقم المتضخم بالأنا الذاتية ؛ عش بدلاً من ذلك فى سلام وسكينة . وكما يذكرنا كتاب A Course in Miracles : فإن السلام هو الله وأنت مخلوق روحانى لن يشعر بالسعادة إلا مع بلوغ هذا السلام . إن شعورك بالإهانة سوف يخلق بداخلك طاقة مدمرة ، إنها تلك الطاقة التى تسببت فى إهانتك فى البداية وهى التى سوف تقودك إلى معاداة الآخرين ورد الإساءة بالإساءة .

٢. **تخلص من رغبتك فى الفوز** . إن الأنا تحب أن تقسم الناس إلى فريقين : فريق خاسر وفريق فائز . إن مواصلة الرغبة فى الفوز على طول الخط يعنى الانفصال التام المؤكد عن العزيمة . لماذا ؟ لأن الفوز الساحق المتواصل يستحيل تحقيقه في كل وقت . لأنه سيوجد دائماً

من هو أصغر منك وأكثر حظا وأكثر سرعة وأكثر قوة وأكثر ذكاء ؛ مما سوف يسلمك فى النهاية إلى الشعور بانعدام القيمة والمهانة .

أنت لست تجسيداً لنجاحاتك وما حققته من انتصارات . قد تستمتع بالمنافسة وتستمتع فى ظل هذا العالم الذى يمثل فيه النصر كل شيء ولكن هذا يجب ألا يبقى مسيطراً وموجوداً فى فكرك . ليس هناك خاسر فى عالم يشترك فيه الجميع فى مصدر الطاقة . إن كل ما يمكنك قوله بعد مضى أحد الأيام هو أنك قد حققت مستوى أداء معين مقارنة بمستوى أداء الغير فى ذلك اليوم . ولكن اليوم هو يوم جديد ؛ يحمل منافسين آخرين وظروفا جديدة يجب أن تنظر إليها وتضعها فى اعتبارك . أنت مازلت ذلك الحضور اللانهائى . فلنتخلص من فكرة حاجتنا إلى الفوز ، بالاتفاق على كون الخسارة ليست هى نقيض الفوز . هذا هو الخوف الذى تسببه الأنا ، إن لم يحقق جسدك الفوز فى هذا اليوم ؛ فإنك لن تعبأ بالأمر إن تعاملت خارج حدود الأنا الخاصة بك . قم بدور المراقب ؛ لاحظ واستمتع بكل شيء بدون أن تشعر نفسك بأنك بحاجة إلى الفوز بالجائزة الكبرى . عش فى سلم وتوافق مع طاقة العزيمة . ولعلك سوف تلحظ بعدها أن الشيء المثير للسخرية هو أنك كلما تخليت عن رغبتك فى الانتصار ؛ ازدادت الانتصارات التى سوف تحققها فى حياتك .

٣. **تخلص من حاجتك لأن تكون على صواب .** الأنا هى مصدر الكثير من الصراع والشقاق لأنها تدفعك نحو رؤية الآخرين مخطئين . أنت عندما تكون عدوانياً ؛ سوف تنفصل عن طاقة العزيمة . إن الروح المبدعة طيبة ومحبة ومجيبة للدعاء وخالية من الغضب والاستياء والمرارة . إن تحررك من حاجتك لأن تكون مصيباً فى حواراتك وعلاقاتك يعنى أنك تقول إلى الأنا الخاصة بك : أنا لست عبدا لك . أريد أن أكون طيباً ؛ **أرفض رغبتك فى أن تكونى دائماً على صواب . سوف أمنح هذا الشخص فرصة لكى يشعر بأنه أفضل وعلى صواب ، بأن أخبره بأنه محق وبأن أشكره على إرشادى إلى الطريق الصحيح .**

وعندما تتخلص من حاجتك لأن تكون محقا ، سوف تكون قادراً على تقوية تواصلك مع طاقة العزيمة . ولكن ضع فى اعتبارك أن الأنا مقاتل شرس . لقد قابلت أناساً على استعداد لمواجهة الموت من أجل إثبات أنهم على صواب . كما رأيت أناساً يقطعون أواصر علاقات جميلة بتشبثهم بحاجتهم لأن يكونوا على صواب . إننى أحثك على التخلص من حاجة الأنا الخاصة بك لأن تكون محقاً بالتوقف وأنت فى منتصف حديث أو جدل ما ، ومساءلة نفسك : **هل أريد أن أكون محقاً أم أننى أريد أن أكون سعيداً ؟** عندما تختار أن تكون سعيداً ومحباً ومتصالحاً مع ذاتك فإن تواصلك مع العزيمة سوف تقوى . إن مثل هذه اللحظات سوف تزيد من مقدار تواصلك مع قوة العزيمة . عندها سوف يشرع هذا المصدر الكونى فى التعاون معك لخلق حياة جديرة بأن تعيشها .

٤. **تخلص من حاجتك لأن تكون الأفضل** . إن النبل لا يعنى أن تكون أفضل من أي شخص آخر . وإنما يعنى أن تكون أفضل مما كنت عليه من قبل . أبق تفكيرك مركزاً على نموك وارتقائك ؛ مع دعم وزيادة وعيك وإدراكك بأنه لا يوجد شخص على سطح هذا الكوكب أفضل من شخص آخر . فكلنا قد نبعنا من نفس قوة الحياة الخلاقة . وكلنا يملك مهمة تحقيق فحوى ومضمون العزيمة وجوهرها ؛ إن كل ما نحتاجه هو أن نحقق القدر الذى خلقنا من أجله . لن يتسنى لك تحقيق أى من هذا إن نظرت إلى نفسك باعتبارك أرفع شأناً ومقاماً من غيرك . إنها نظرة قديمة ولكنها مازالت موجودة : كلنا سواسية أمام الله . يجب أن نتخلص من حاجتنا لأن نكون أرفع شأنا برؤية تجلى الله سبحانه فى كل شخص . فلا تقيم الآخرين بناءً على مظهرهم أو إنجازاتهم أو ممتلكاتهم أو أى إشارة أو أمارة من أمارات الأنا . عندما تعكس مشاعر ارتفاع القدر فإن هذا ما سوف تحصل عليه فى المقابل مما سوف يقودك إلى الشعور بالاستياء ومن ثم يخلق فى نهاية المطاف مشاعر عدوانية . سوف تصبح هذه المشاعر بمثابة المركبة التى سوف تقلك بعيداً عن

العزيمة : إن الرغبة في التميز هى التى تصنع دائما المقارنات . إن هذا التميز يتشكل برؤية أوجه النقص والقصور فى الغير وينمى بمواصلة البحث عن هذه الأوجه والتدقيق فى أى نقص يمكن أن تقع عليه عيناك .

٥. **تخلص من حاجتك إلى الحصول علي المزيد .** إن شعار الأنا هو الحصول على المزيد . إنها لا ترضى أبداً . مهما حققت أو كسبت ؛ فإن الأنا الخاصة بك سوف تصر على أن هذا لا يكفى . سوف تجد نفسك فى حالة كفاح وكد دائم بدون أمل فى وصولك فى يوم من الأيام . على الرغم من أنك فى الواقع ؛ قد حققت ما تريده بالفعل ؛ إلا أن كيفية رؤيتك للحظة الراهنة فى حياتك ؛ تعتبر خيارك أنت . ولكن المثير للسخرية هو أنك عندما تكف عن الشعور بالحاجة إلى المزيد ؛ سوف تحصل على المزيد مما ترغب فيه . وعندما تنفصل عن حاجتك ورغبتك فى المزيد سوف تجد سهولة أكبر فى العطاء لأنك سوف تدرك أنك لست بحاجة إلا إلى القدر الضئيل لكى تشعر بالرضا والسلام .

إن المصدر الكونى راض وقانع بذاته ؛ وهو فى حالة توسع دائم وخلق لحياة جديدة ؛ إنه لا يسعى أبدا للاستئثار بما يخلقه بدافع الأنانية . إنه يخلق ثم يحرر ما يخلقه. عندما تتخلص من رغبة الأنا الخاصة بك فى الحصول على المزيد سوف تتحد مع المصدر . وسوف ينشأ لديك إحساس بالزهد فيما لدى الآخرين ؛ وسوف تتحرر من رغبتك ولن تسعى أبدا للمطالبة بالمزيد . سوف تقدر كل ما يظهر فى طريقك وسوف تتعلم بذلك الدرس القوى الذى سبق وشرحه " سانت فرانسيس " ... " إن العطاء هو طريقك إلى الأخذ " . إن سماحك للوفرة الفياضة بالتدفق إليك ومن خلالك ؛ سوف يجعلك تتوافق مع المصدر وسوف يضمن لك استمرار تدفق هذه الطاقة .

٦. **تخلص من تقييم ذاتك بناءً على ما حققته من إنجازات .** قد يبدو لك هذا المفهوم صعباً إن كنت تفكر أنك تساوى ما حققته من إنجازات .

إن الله هو خالق كل شيء ؛ فهو الذى خلق كل الأناشيد والألحان ؛ هو الذى شيد كل بناء ؛ وهو مصدر كل الإنجازات . أكاد أسمع الأنا بداخلك وهى تصيح معترضة. ومع ذلك يجب أن تبقى هذه الفكرة راسخة فى عقلك . فالكل ينبع من المصدر ! أنت والمصدر الذى نبعت منه واحد ! فلست صانع هذا الجسد الذى قام بكل هذه الإنجازات ، بل أنت مجرد شخص يلاحظ كل هذا ؛ فامتن للقدرات التى منحت إياها والدافع الذى حثك على الإنجاز وكل ما نجحت فى جمعه . ولكن أرجع كل الفضل لطاقة العزيمة ؛ التى جاءت بك إلى هذا الوجود والتى تشكل أنت تجسيداً ماديا لجزء منها . وكلما قلت حاجتك لأن تمنح نفسك الفضل لما حققته من إنجاز ، تواصلت مع قوة العزيمة وبقيت متصفاً بالأوجه السبعة لهذه القوة ؛ وزادت قدرتك على الإنجاز وتكشف لك المزيد من الأشياء . أما عندما تتعلق بالإنجازات وتصدق أنك أنت وحدك الذى حققتها ؛ فسوف يزداد إحجامك عن الشعور بالامتنان للمصدر وما يشيعه ذلك فى النفس من سلام وسكينة .

٧. **تخلص من مفهوم سمعتك** . فسمعتك ليست شيئاً كامناً بداخلك وإنما هى شيء كامن فى عقول الآخرين . ولذلك ؛ فأنت لا تتحكم فى هذا الأمر . أنت إن تحدثت مع ثلاثين شخصاً ؛ فسوف تكتسب ثلاثين سمعة مختلفة . إن التواصل مع العزيمة يعنى الإنصات إلى قلبك وتصرفك بناء على ما يمليه عليك صوتك الداخلى ؛ وهذا هو الهدف المقصود هنا . أما إن كان شغلك الشاغل هو نظرة الآخرين لك فهذا يعنى أنك قد فصلت نفسك عن العزيمة وسمحت لآراء الآخرين بأن تقودك . هذا هو عمل الأنا ، وهذا هو الوهم الذى يفصل بينك وبين قوة العزيمة . ليس هناك ما يمكنك عمله فى هذه الحالة إلا أن تنفصل عن قوة المصدر وأن تذعن بأن هدفك هو أن تثبت للغير مدى قدرتك على التفوق والقيادة وأن تبذل طاقتك فى محاولة لكسب سمعة رنانة بين غيرك من أصحاب الأنا المتضخمة . تصرف من منطلق ما يمليه عليك صوتك الداخلى ؛ وابق دائماً فى حالة تواصل وامتنان للمصدر الذى

يرشدك . ابق واضح الهدف ، وافصل نفسك عن النتائج ، وتحمل مسئولية ما هو كامن بداخلك ؛ فهذه هى شخصيتك . دع سمعتك للآخرين ؛ دعهم يتناولونها وفق أهوائهم ؛ فهى لا تخصك بحال . أو كما يوحى به عنوان الكتاب التالى " إن نظرتك لا تعنى لى شيئاً ! " .

وهنا نأتى إلى نهاية العقبات الرئيسية الثلاث التى تحول دون تواصلك مع العزيمة ؛ أفكارك وطاقتك وأهميتك الذاتية أو الشخصية .

إليك خمسة مقترحات لتخطى هذه العقبات والبقاء فى حالة اتصال دائم بقوة العزيمة .

خمسة مقترحات لتطبيق الأفكار المطروحة فى هذا الفصل

١. راقب حوارك الداخلى . لاحظ إلى أى مدى يركز حوارك الداخلى على أوجه القصور والنقص والأحداث السيئة والماضى وآراء الآخرين . فكلما ازددت إدراكاً لحوارك الداخلى ، سهل عليك أن تتخلص من كل العادات السيئة التى تقودك ؛ وسهل عليك أن تنتقل من : **أنا مستاء من كل ما ينقصنى** ، إلى : **أنا عازم على اجتذاب كل ما أرغب فيه وأكف عن التفكير فى كل ما لا يعجبنى** . هذا الحوار الداخلى الجديد سوف يصبح رابطة تصلك بالعزيمة .

٢. تخلص من لحظات الشك والإحباط . لاحظ اللحظات التى لا تشكل جزءاً من طبيعتك السامية . الفظ كل الأفكار التى تدعم عجزك عن التوافق مع العزيمة . **ابق مخلصاً للنور** ؛ هذه نصيحة جيدة أود أن أسديها لك . سمع مؤخراً أحد أصدقائى وأساتذتى فى نفس الوقت بشأن محنة ألمت بى وكتب إلى قائلا : " تذكر يا " واين " أن الشمس تشرق وراء السحب " . فكن مخلصاً للنور ؛ إنها القاعدة الذهبية .

٣. احذر من الطاقة المنخفضة . تذكر أن كل شيء ، بما فى ذلك أفكارك ، تملك ترددًا للطاقة يمكن أن يحدد مدى قوتك وضعفك . وعندما تجد نفسك تفكر بطرق منخفضة الطاقة ؛ أو مغرقا فى الطاقة المضعفة المنخفضة ؛ أنقذ نفسك باستدعاء تذبذب مرتفع لكى ينتشلك من وطأة الموقف .

٤. تحدث مع الأنا الخاصة بك ودعها تعرف أنها لم تعد تملك زمام السيطرة . فى حجرة نوم أبنائى هنا فى " ماوى " ؛ سجلت لهم الكلمات التالية ووضعتها على الجدار ؛ لكى يشاهدوها فى كل صباح . بالرغم من أنهم يتندرون بها ؛ فقد تأصلت فحوى الرسالة فى نفوسهم حتى أنهم يذكرونها بصوت مرتفع عندما يشعر أى شخص (بما فى ذلك أنا) بالضيق أثناء اليوم .

صباح الخير
أنا ملاكك الحارس
سوف أحل لك
كل مشاكلك اليوم
وأنا لست بحاجة إلى مساعدتك ؛
لذا استمتع بيومك

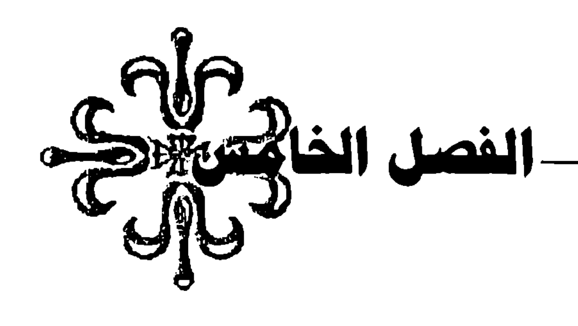
٥. انظر إلى العقبات باعتبارها فرصًا للبرهنة على طاقة العزيمة المتأصلة بداخلك . وكلمة " المتأصلة " تعنى ما توحى به تماماً . إننى عازم على البقاء متواصلاً مع المصدر الذى نبعت منه ومن ثم اكتساب الطاقة من هذا المصدر . هذا يعنى أن تكون فى حالة سلام وأن تبقى منفصلاً عن الظروف والمجريات وأن تنظر إلى نفسك باعتبارك مراقباً وليس ضحية ..... ثم الاستدارة نحو المصدر وإدراكك لكونك سوف تحصل على الإرشاد والمساعدة التى أنت بحاجة إليها .

* * *



لقد اجتـزت لتـوك اختبـاراً للعقبـات الكـبرى الـثلاث التـى تحـول دون تواصلك مع قوة العزيمة مع مقترحات لتجنبها . فى الفصل التـالى ؛ سـوف أشرح لك كيف تستطيع أن تؤثر على مـن حولـك برفـع مسـتوى طاقتـك إلى أعلى مستوى من التردد الروحانى والعيش فى حالـة تواصـل مـع العزيمـة . عندما تكون متواصلاً مع طاقة العزيمة ؛ فإن كل مكـان سـوف تـذهب إليـه وكل شخص سوف تقابله سوف يتأثر بك وبالطاقة التى تشع منـك. عنـدما تتحول إلى طاقة العزيمة ؛ سوف تنظر إلى أحلامك وكأنها قد تحققت بشكل يكاد يكون سحريًا وسوف تشع طاقتك فى مجـال طاقـات الآخـرين بمجـرد تواجدك فى مجال طاقتهم وليس أكثر من ذلك .

~*~*~



تأثيرك على الآخرين عند اتصالك بالعزيمة

" من أجمل الهبات التى منحنا الله إياها فى هذه الحياة ، أن لا أحد سيسعى مخلصاً لمساعدة الغير دون أن يساعد نفسه ... فمثلما تزرع سوف تحصد " .

- " رالف والدو إمرسون "

كلما ازداد انسجامك مع أوجه العزيمة السبعة ؛ فسوف تكتشف أنك قادر على التأثير على الآخرين بطرق جديدة . إن طبيعة هذا التأثير تعتبر عميقة وبالغة الأهمية فى طريق بحثك عن توظيف قوة العزيمة . سوف تبدأ فى رؤية ما تشعر به داخل نفسك ، داخل الآخرين . إن هذه الطريقة الجديدة للرؤية سوف تشعر الغير بالارتياح والسكينة فى وجودك ، كما أن هذه المحبة التى سوف تتسم بها سوف تؤثر بشكل غير مباشر على نجاحك فى التواصل مع العزيمة .

اقرأ الصفحة التالية ؛ التى عبر فيها الشاعر " حافظ " عن عدم تطلعه للحصول على أى شيء حتى إن كان الشخص الذى تتعامل معه لا يعدو كونه " شخصاً أحمق " أو لا يصلح إلا لأن يكون ضحية . إن كل ما يراه

" حافظ " فى أى شخص هو قيمته الروحانية ؛ تلك القيمة التى سوف تراها فى الآخرين بينما تسعى للتواصل مع طاقة العزيمة .

الصائغ

إن جاء رجل ساذج بائس بحجر ثمين
إلى الصائغ الوحيد بالبلدة
راغباً فى بيعه
سوف تلمع عينا الصائغ
وسوف يشرع فى
نسج شباكه حول الضحية
شأنه شأن معظم العيون التى تنظر إليك فى هذا العالم

سوف يبقى وجه الصائغ هادئاً
لن يرغب فى الكشف عن قيمة الحجر الحقيقية
ليُبقى الرجل أسير خوفه وطمعه
بينما يحسب هو
قيمة الصفقة

ولكن لحظة واحدة معى يا عزيزى
سوف تكشف لك أنه لا يوجد شىء ؛ شىء واحد يريده منك
" حافظ "
فعندما تجلس أمام شخص مثلى
حتى إن كنت شخصاً أحمق خاوى العقل
سوف تشدو عينى فى سعادة غامرة
تعبيرا عما تراه من قيمة مقدسة

" حافظ "

سوف تحصل على ما تتمناه للآخرين

بينما تراجع سمات العالم الكونى وتقطع فى نفس الوقت على نفسك عهدا بأن تكتسب هذه السمات ؛ سوف تشرع فى رؤية ما تتمناه للغير. إن كنت تنشد السلام للغير فسوف تحصل على هذا السلام . إن كنت ترغب فى أن يغمر الآخرين الحب ؛ فسوف يغمرك هذا الحب أنت أيضاً . وإن لم تر إلا الجمال والشرف والنبل فى الغير ؛ فسوف تحصل على كل هذه النعم . إنك لن تمنح إلا ما تحمله فى قلبك ؛ فلن تجتذب إلا ما تمنحه للغير . هذا أمر بالغ الأهمية بالنسبة لك . إن تأثيرك على الغير سواء كان شخصا غريباً أو فرداً من أفراد العائلة أو زميلاً لك فى العمل أو جاراً لك هو دليل على قوة تواصلك مع قوة العزيمة . فكر فى علاقاتك فى ضوء ما هو روحانى وما هو غير روحانى .

إن العلاقات الروحانية سوف تسهل على الجميع التواصل مع طاقة العزيمة العليا . أما العلاقات غير الروحانية فسوف تبقى العزيمة عند أقل وأبطأ مستويات الطاقة . وسوف تتعرف على استعدادك الذاتى للعظمة عندما تشرع فى رؤية المثالية فى كل العلاقات . وعندما تدرك خصوصية الآخرين ؛ سوف تعاملهم على أنهم تعبير روحانى لطاقة العزيمة ولن تنتظر منهم أى شيء أو تطالبهم بعمل شيء . ولكن الشيء المثير للسخرية فى هذا الصدد هو أنهم سوف يصبحون قوة مبدعة تعبر عن كل رغباتك . فلا تطلب منهم شيئاً أو تتطلع إلى أن يقوموا لك بشيء وسوف يتحولون جميعا إلى الطيبة . اطلب منهم وكن مصراً على أن يعملوا على إرضائك وأصدر عليهم أحكاماً بأنهم أقل منك شأنا وانظر إليهم على أنهم خدم وسوف تحصل منهم على نفس الشيء . يجب أن تدرك جيدا وبمنتهى الدقة ما تريده بحق من الآخرين ، كما يجب أن تعرف ما إذا كانت هناك علاقة روحانية أو غير روحانية تربطك بكل شخص تعرفه .

العلاقة الروحانية . هناك حقيقة أدركتها من خلال سنوات نضجى وهى أنه يستحيل أن تدرك مثاليتك ما لم تكن قادراً على رؤية المثالية وتقديرها فى الآخرين . إن القدرة على رؤية النفس كتعبير مؤقت عن

العزيمة ورؤية نفسك فى انسجام هى إحدى مواصفات وسمات العلاقة الروحانية . إنها القدرة على الاحتفاء بالمكان الذى وجدنا فيه جميعا مع الآخرين .

أما العلاقة غير الروحانية ؛ فهى أن تنظر إلى نفسك بوصفك منفصلا عن الغير . إنه الشعور بأن الآخرين لم يُخلقوا إلا لإرضاء احتياجات الأنا الخاصة بك ؛ وبأنهم موجودون فقط لكى يساعدوك للحصول على كل ما ينقصك فى حياتك . وفى ظل أى علاقة من العلاقات ؛ سوف يخلق هذا السلوك القائم على الانفصال والاستغلال المحتمل للغير حاجزا بينك وبين قوة العزيمة . إن إشارات العلاقات غير الروحانية سوف تبدو واضحة وجلية ؛ حيث يتحول الشخص إلى الجانب الدفاعى ويستحوذ عليه الشعور بالخوف والعدوانية والأنانية وعدم الرغبة فى مصاحبة الغير .

وعندما تغير أنماط تفكيرك لكى تزيد من تردد ذبذبات الطاقة لديك وتقلل من مطالب الأنا الخاصة بك ؛ فسوف تشرع فى تطوير علاقة روحانية قوامها احترام الآخرين . وعندها سوف تنظر إلى كل شخص على أنه شخص كامل . عندما تكون قادراً على احترام أوجه الاختلاف بينك وبين الآخرين والنظر إليها بوصفها شيئاً مثيراً للاهتمام والمتعة ؛ سوف تقلل من إحساسك بأهمية الأنا الخاصة بك . إن العلاقة الروحانية هى طريقة للتوافق مع المصدر الكونى للخلق والتحلى بالسلام والسكينة . إن أية علاقة أو حتى مواجهة من منطلق هذه الرؤية الروحانية سوف تخلق نفساً محبة ، وسوف تساعدك بدرجة كبيرة على التواصل مع طاقة العزيمة .

حدث مؤخراً بينما كنت فى أحد المحال أن سألت أحد العاملين فى قسم الأطعمة والذى ارتسمت على وجهه علامات الضيق عن موضع السلمون المدخن . أحسست أننى متواصل معه بالرغم من علامات الإحباط والاستياء التى بدت واضحة عليه . فسمعنى رجل كان يقف بجوارى ولاحظ عدم استجابة العامل . فابتسم الرجل فى وجهى وسار فى اتجاه آخر فى المتجر وعاد بعلبة سلمون مدخن وأعطانى إياها . لقد أعطانى ما كنت أبحث عنه ! هل هذه مصادفة ؟ لا أعتقد ذلك . عندما أشعر بأننى متصل بالآخرين وبأننى أشع طاقة العلاقة الروحانية فسوف يتجاوب معى

الآخرون بطيبة ، وسوف يخرجون على مسارهم الطبيعى لمساعدتى على الحصول على ما أريد .

فى مثال آخر لذلك ؛ كنت قد حولت من شركة طيران لشركة أخرى بسبب عطل ميكانيكى فى الطائرة أدى إلى إلغاء الرحلة . كان العاملون فى الشركة الأصلية التى كانت تقع فى مدينتى يعرفوننى جيدا وكانوا يسعون دائما لتلبية رغباتى . كانت علاقتى معهم طيبة وروحانية ؛ فى قسم حزم الحقائب ، وعلى متن الطائرة وهكذا . وفى هذا اليوم تحديداً ؛ طلب منى التوجه إلى الطرف المقابل للمطار حاملا سبعة صناديق من الكتب والشرائط التى كانت يجب أن تخضع للفحص مثل الحقائب . وعندما وصلت أنا ومساعدتى " مايا " إلى مقر شركة الطيران الأخرى حاملين الحقائب والصناديق والشرائط ؛ أخبرتنا الموظفة التى كانت تعمل هناك بأن الشركة لا تسمح لكل راكب إلا بحمل حقيبتين فقط مما كان يعنى أننى يجب أن أترك ثلاثة صناديق . أى أنه كان بوسعى حمل صندوقين وبوسع " مايا " أن تحمل صندوقين فقط . لقد كانت هذه هى القواعد ، كما ذكرت العاملة هناك .

ولكن هنا تجلى أثر العلاقة الروحانية مع شخص غريب فى حمله على مساعدتك لتحقيق ما تريد ؛ هذا هو الفارق بين العلاقة الروحانية والعلاقة غير الروحانية . فبدلا من أن أصطدم بالموظفة وأكشف لها عن كونها موظفة مهمتها هى تلبية رغباتى ؛ قررت أن أتواصل معها من منطلق كوننا نحن الاثنين وحدة واحدة . أخبرتها أننى لا أشعر بأدنى ضيق من هذه القاعدة ؛ وعبرت لها عن أننى مقدِّر مشقة عملها حيث إنها تسعى للتعامل مع عدد ضخم من الأشخاص ممن لم يكونوا مسجلين على متن هذه الرحلة . شعرت بأننى فى حالة تواصل وعبرت عن شعورى بالإحباط لكونى مرغماً على مواجهة هذا التحدى والتصرف بشأن هذه الصناديق الإضافية التى كانت شركة الطيران الأصلية سوف تسمح لى بحملها. ثم دعوتها لحضور إحدى محاضراتى التى كان مزمعاً عقدها فى الشهر التالى فى البلدة . كان الحوار كله والتفاعل بيننا قائما على شعورى وعزيمتى بأن تبقى العلاقة روحانية .

تحولت طاقة هذا التفاعل من المستوى الضعيف إلى المستوى القوى . ارتبطنا وأدرك كل منا ذاته في الشخص الآخر ووافقت على أن أحمل معى كل الصناديق بابتسامة راضية . لن أنسى أبداً ما قالته لى وهى تسلمنا جوازات السفر الخاصة بنا : " عندما أحضرت العربة المملوءة بهذه الصناديق إلى هنا ؛ كنت مصممة على ألا أسمح لك بحملها على الطائرة ، ولكن بعد أن أمضيت معك بضع دقائق ؛ كنت على استعداد لأن أحملها بنفسى وأضعها على متن الطائرة إن تطلب الأمر . لقد سعدت بمعرفتك . أشكرك على هذا العمل الذى تقوم به وأتمنى أن تتعامل مع شركتنا فى المستقبل " .

هذان مثالان بسيطان لما يمكن أن يحدث عندما تتحول بجدية من العلاقة غير الروحانية التى تسيطر عليها الأنا إلى الشعور بالتواصل من خلال قوة العزيمة . إننى أحثك على إقامة علاقة روحانية مع المصدر ؛ ومع العالم من حولك ، ومع المجتمع ، والجيران ، والمعارف ، والأسرة ، ومملكة الحيوان ، وكوكب الأرض ، ومع نفسك أيضاً . سوف تستمتع بطاقة العزيمة من خلال العلاقات الروحانية مثلما استمتعت أنا من خلال قصة السلمون المدخن وشركة الطيران . إن طبيعة العلاقة هى ما تحدد ما سوف تحظى به .

لن تستطيع أن تفعل شيئاً بمفردك

عندما تقابل شخصاً ؛ تعامل مع الموقف على أنه لقاء مقدس . فلن تعثر على نفسك أو تحبها إلا من خلال الآخرين . لأنك لن تنجز أى شيء بدون الآخرين . هناك سطور فى قصيدة A Cource in Miracles تعبر عن هذا المعنى أيضاً :

لن تملك القدرة على فعل شيء وحدك
ولكن معاً سوف تنصهر عقولنا لتتحول
إلى قوة عظيمة
تنشأ من اتحاد أعضائها

فلا معنى للكون بلا سكان
وأنت يا من تشبه هذا الكون
لن تجد نفسك بمفردك

عندما تتخلى عن مفهوم الانفصال عن أفكارك وسلوكك ؛ سوف تبدأ فى الشعور بالتواصل مع كل شيء وكل شخص . سوف تبدأ فى اكتساب حس الانتماء ، مما سوف يمكنك من لفظ أى فكرة تنم عن الانفصال . وهذا الشعور بالتواصل سوف يصاحب حس الانتماء وسوف يساعدك على التفاعل من منطلق المساواة . إن رؤيتك للآخرين بوصفهم يملكون القدرة على الابتكار أو المساعدة فى الخلق سوف يمكنك من التوافق مع المصدر وتسود لديك مشاعر الرحمة . أما إن نظرت إلى نفسك بوصفك أدنى أو أعلى من الغير فسوف تنفصل عن طاقة العزيمة . سوف تحبط رغباتك تبعاً لذلك ما لم تستعد تواصلك مع الغير وتسع لمساندتهم .

ولكن الكيفية التى تتفاعل بها مع فريق المساندة الكونية تعتبر بالغة الأهمية . إن الطريقة التى تنظر بها إلى الآخرين هى انعكاس للطريقة التى تنظر بها إلى نفسك . مما يعنى أنك إن نظرت إلى الآخرين على أنهم معدومو القيمة فهذا يعنى أنك تلقى بحجر عثرة يحول دون حصولك على حلفاء مرتقبين . انظر إلى الآخرين على أنهم ضعفاء وسرعان ما سوف تجتذب طاقات ضعيفة . كما أن النظر إلى الغير على أنهم خونة أو خاملون أو مذنبون وما إلى ذلك ، يمكن أن يعنى أنك بحاجة لأن تشعر بالتفوق . أما النظر إلى الغير بنظرة ناقدة بشكل دائم فيمكن أن يكون طريقة لتعويض شيء تخشاه . ولكنك لست حتى بحاجة إلى فهم هذه الآلية النفسية . إن كل ما عليك عمله هو أن تدرك كيف تنظر إلى الآخرين . إن كان هناك نمط يدفعك إلى رؤية الآخرين على أنهم فشلة ؛ فكل ما أنت بحاجة إليه هو ملاحظة وتفحص هذا النمط باعتباره دليلا على ما تسعى لاجتذابه فى حياتك .

ومن الأمور بالغة الأهمية أن تنظر إلى تفاعلك مع الآخرين على أنه أمر روحانى ؛ لأن هذا من شأنه أن يسلحك بنمط طاقة جاذبة . ففى أية علاقة روحانية سوف تجذب تعاون الطاقات الأكثر ارتفاعاً . أما العلاقة غير الروحانية ؛ فتشمل هى الأخرى عاملاً جاذباً ولكنه يعمل على اجتذاب

طاقات منخفضة والمزيد من العلاقات غير الروحانية . إن منح الطاقة الروحية المرتفعة لكل شخص تقابله سوف يذيب الطاقات المنخفضة . عندما تتوافر طاقات الطيبة والحب والاستقبال والوفرة الفياضة فى علاقاتك ؛ فهذا يعنى أنك قد منحت إكسير الخلق الروحى أو نفثت هذا الحب الروحى فى العلاقة . والآن سوف تشرع هذه القوى فى العمل مع كل شخص فى البيئة المحيطة بك . وسوف يظهر لك الشخص المناسب الذى تحتاج إليه فى الوقت المناسب بشكل سحرى . وسوف يظهر لك كل شىء أنت بحاجة إليه بشكل سحرى . سوف يدق الهاتف وسوف يمنحك شخص ما المعلومة التى كنت بحاجة إليها منذ شهور . وسوف يقدم لك الغرباء مقترحات تبدو منطقية بالنسبة لك . وكما سبق وأشرت من قبل ؛ فإن مثل هذه الأشكال من المصادفات هى أشبه بالزوايا الرياضية التى تتطابق مع بعضها البعض بشكل مثالى . عامل الآخرين على أنهم عوامل خلق مساعدة واجعل مشاعرك تجاههم مبنية على الحب والتسامح . لا تنظر إلى أى شخص بوصفه شخصاً عادياً ؛ ما لم تكن راغباً بالطبع فى اجتذاب كل ما هو عادى فى حياتك .

من العادى إلى الخارق

فى روايته الشهيرة " موت إيفان ليتش " ؛ التى أعتبرها إحدى رواياتى المفضلة ؛ يصف " تولستوى إيفان إيليتش " بأنه شخص لا تحفزه وتحركه إلا توقعات الآخرين ؛ وبأنه شخص غير قادر على العيش خارج حدود أحلامه الذاتية . وقد جاءت السطور الافتتاحية للفصل الثانى لهذه القصة الرائعة والأخاذة على النحو التالى : " إن قصة حياة " إيفان ليتش " هى قصة لشخص بسيط للغاية وعادى للغاية ، ولهذا فهى قصة مروعة للغاية " . إن " تولستوى " يصف بالفعل الحياة العادية بأنها حياة مروعة . وأنا أتفق معه فى ذلك تمام الاتفاق !

إن كانت التوقعات التى تنتظرها من نفسك هى توقعات عادية ؛ وإن كانت مقتصرة على أن تحيا حياة عادية تقليدية ، فسوف تعيش فى ظل

التردد العادى وسوف تجتذب المزيد من الأمور العادية التقليدية فى حياتك . فضلاً عن أن تأثيرك على الآخرين وقدرتك على اجتذابهم كحلفاء لك فى إعادة تشكيل أو المساعدة فى تشكيل عزيمتك سوف تبقى عادية . إن قوة العزيمة تحدث عندما تكتسب صبغة القوة الكونية الخالقة التى تفوق كل ما هو عادى . وهذه هى القوة المسئولة عن خلق كل شىء . إنها قوة دائمة التوسع ؛ وهى تفكر وتخلق فى إطار الوفرة اللانهائية . وعندما تتحول إلى الطاقة العليا تلك وتنسجم بدرجة أكبر مع العزيمة ؛ سوف تصبح أشبه بالمغناطيس الذى يعمل على اجتذاب المزيد من الطاقة فى عالمك . كما سوف تملك هذا التأثير المغناطيسى على كل ما ومَن تتواصل معه .

من بين أكثر الوسائل فاعلية فى تخطى حدود العادى والانتقال إلى عالم ما يفوق العادى أو ما هو خارق هو أن تكثر من قول نعم وتتجنب نهائياً قول كلمة كلا . وأنا أعنى بذلك أن تقول نعم للحياة . أن تقول نعم لنفسك ، ونعم لأسرتك ، ونعم لأبنائك ، ونعم لزملائك ، ونعم لعملك . أما الشخص العادى فهو يدأب على قول كلمة كلا ؛ " **كلا لا أظن أننى قادر على فعل ذلك . كلا هذا لن يجدى . كلا لقد جربت ذلك ولم ينجح من قبل . كلا ؛ هذا العزم يبدو مستحيلا بالنسبة لى** " . إن هذا الفكرة المتمثلة فى كلمة كلا ؛ سوف تجعلك تجتذب المزيد من الأفكار التى تنم عن " كلا " فى حياتك وسوف تتمثل فى الطريقة التى تؤثر بها على الآخرين وتستطيع من خلالها الاعتماد على الآخرين ؛ سوف تبقى " كلا " هى المسيطرة . وأكرر ثانية ؛ إننى أحثك على اتباع سلوك الشاعر " حافظ " .

نادراً ما أسمح لكلمة لا
أن تهرب من فمى
فروحى تراها بالية
ولتنظر إلى كل ما بالكون
تراه ينبض بكلمة نعم ! نعم ! نعم !

اصرخ قائلاً **نعم** لكل شخص بقدر ما تستطيع . عندما يطلب منك أى شخص الإذن لتجربة شيء ما ؛ قبل أن تقول له كلا ؛ سل نفسك إن كنت تريد لهذا الشخص أن يبقى مرهوناً بالمستوى العادى فى الحياة . عندما طلب منى ابنى " ساندز " فى الأسبوع الماضى أن يجرب ركوب الأمواج فى منطقة جديدة ؛ كنت ميالاً فى البداية إلى أن أجيبه قائلا : " ولكنه أمر خطير للغاية ، إنك لم تجرب هذا المكان من قبل ويمكنك بذلك أن تعرض نفسك للأذى ، وهكذا " . ولكننى بعد أن أعدت التفكير ؛ صاحبته فى مغامرته الجديدة . لقد أثرت كلمة نعم على حياته وحياتى على نحو إيجابى .

إن تحويل كلمة **نعم** إلى نموذج داخلى سوف يسمح لك بالتوسع خارج نطاق نفسك وسوف يجتذب المزيد من الموافقة والقبول لكل ما أنت عازم عليه بشكل شخصى . إن كلمة **نعم** هى روح الخلق . فكر فى ذرة المطر التى تمتزج بالنهر فى لحظة وصولها إليه . فكر فى النهر وهو يمتزج ويندمج مع المحيط فى اللحظة التى يصل فيها إلى المحيط . يمكنك أن تسمع صوت كلمة نعم وهى تهمس فى كل هذه الأوقات واللحظات . بينما تمتزج مع القوة الكونية للخلق ؛ قل كلمة **نعم** كلما أمكن ؛ وهكذا سوف تتحول أنت نفسك إلى قوة مبدعة . سوف يكون هذا هو تأثيرك على الآخرين . لن تبقى هناك أى " كلا " عادية فى حياتك . وإنما سوف تشق طريقك نحو كل ما يفوق العادى .

إن الشيء العادى يعنى أنك قد حكمت على نفسك بأن تبقى سجين جحر ضيق مثل " إيفان ليتش " . وبينما أنت قابع فى هذا الجحر سوف تجتذب المزيد من ساكنى الجحور وسوف يكون التأثير المتبادل لكل منكم على الآخر هو اجتذاب المزيد من الأمور العادية ، المتمثلة فى الشكوى والتمنى والتطلع إلى أيام أفضل . إن قوة العزيمة الكونية لا تعرف الشكوى ؛ إنها تخلق وتمنح الأساليب المتعددة للوصول إلى العظمة . إنها لا تصدر أحكاماً على أحد كما أنها لا تبقى قابعة داخل إطار تمنى وضع أفضل . إنها قوة مشغولة بخلق الجمال عن أى شيء آخر . وعندما تحول طاقتك الذاتية إلى أعلى خارج نطاق هذا الجحر الضيق ؛ سوف تملك تأثيراً

دافعاً لكل قاطنى الجحور فى حياتك . كما سوف تساعد الكثيرين منهم على امتلاك تأثير مماثل واجتذاب حلفاء جدد لتحقيق نواياهم الذاتية . كن مدركاً وملتفتاً لكل ما هو عادى وتقليدى ، وابدأ بإصدار ذبذبات أعلى وأكثر فعالية والتى سوف تشكل تحولا نحو آفاق وأبعاد كل ما هو غير عادى ؛ نحو العزيمة الخالصة .

كيف تؤثر طاقاتك على الآخرين ؟

عندما تشعر بأنك متصل وفى حالة انسجام مع العزيمة ؛ سوف تشعر بوجود اختلاف كبير فى الكيفية التى يتفاعل بها معك الآخرون . يجب أن تدرك كل هذه الاستجابات ؛ لأنها سوف تؤثر بشكل مباشر على قدرتك على تحقيق نواياك وعزمك الشخصى . كلما تجاوبت بشكل تلقائى وفورى مع تردد المصدر الكونى المبدع ، زاد تأثيرك على الآخرين وعلى قدرتك على تحييد طاقتهم المنخفضة . سوف يدورون حولك ويحملون لك السلام والسعادة والحب والجمال والوفرة الفياضة . فيما يلى سوف أطرح رأيى فى كيفية تأثيرك على الغير حال تجاوبك مع عزيمتك ونواياك ، وكيف سيبدو هذا التأثير مختلفاً وكيف سيتأثر عندما تستحوذ عليك الأنا .

إليك بعض الطرق الأكثر أهمية فى التأثير على الغير :

وجودك يشيع الهدوء . عندما تتفق مع العزيمة ؛ فإن تأثيرك على الغير سوف يشيع تأثيراً هادئاً . سوف يميل الآخرون إلى الشعور بالسلام وبأنهم أقل تهديدا وأكثر راحة . إن قوة العزيمة هى قوة الحب والقدرة على الاستقبال . إنها لا تطلب أى شىء من أحد ؛ ولا تصدر أحكاماً على أحد وهى تشجع الآخرين على التحرر من عبودية النفس . فكلما شعر الشخص بأنه أكثر هدوءا فى وجودك ؛ سوف يميل إلى الشعور بأنه فى مأمن بفضل تردد الطاقة التى تشع منك . سوف تعمل طاقة الحب والقدرة على الاستقبال على تشجيع هذه المشاعر مما سوف يولد لديهم الرغبة فى

التواصل معك ومصاحبتك . وقد عبر " والت ويتمان " عن ذلك بقوله : " إن مجرد تواجدنا شيء مقنع في حد ذاته " .

أما إن كنت بدلاً من ذلك تميل إلى نقل الطاقة المنخفضة من خلال انتقاد الآخرين ، والعدوانية ، والكراهية ، والغضب ، والإحباط في تفاعلك فسوف تجتذب هذا المستوى من الطاقة إن كانت كامنة داخل الأشخاص الذين تتفاعل معهم . ويعد هذا الأمر بمثابة قوة مضادة لنفس الطاقات إن كانت موجودة في الغير . سوف يضاعف هذا الأثر التردد الأقل عند هذا المستوى وسوف يخلق مجالاً تسوده المطالب نتيجة الشعور بالدونية أو التناقض .

إن العزيمة لا تتفاعل ضد أى شيء . إنه أشبه بالجاذبية الأرضية التى لا تتحرك ضد أى شيء كما أنها هى نفسها لا تتحرك . فكر فى التأثير على الغير مثلما تفكر فى الجاذبية بدون أن تشعر بحاجة للتحرك ضد أى شخص أو مهاجمة أى شخص . إن الشخص الذى يشعر بأنه مفعم بالقوة بفعل حضورك وتواجدك سوف يتحول إلى روح قريبة متواصلة . وهذا لن يحدث إلا عندما يشعر بالأمان بدلاً من أن يشعر بأنه يتعرض لهجوم ؛ وبالسكينة بدلاً من أن يشعر بأنه يتعرض للانتقاد ؛ وأن يشعر بالهدوء بدلاً من الإرهاق .

إن حضورك سوف يؤثر على إحساس الآخرين بالنشاط . أذكر أننى فى إحدى المرات خرجت بعد محاضرة استغرقت ساعتين مع أحد الأساتذة الروحانيين ، وشعرت بعدها بأننى أملك القدرة على امتلاك العالم من خلال طاقتى النفسية والروحية . كانت هذه الأستاذة الروحانية هى الأم " ميرا " التى كانت تحمل رأسى بين يديها وتحدق إلى عينى بروحانيتها المجردة من أية أنانية . كنت عندها أشعر بأننى مفعم بالطاقة مما كان يحول دون استسلامى للنوم طوال الليل . كنت أريد أن أحصل على المزيد مما منحته إياى هذه النفس الطيبة بمجرد وجودها بجوارى .

عندما تمنح تردد العزيمة للآخرين من خلال تواجدك وحضورك ؛ فسوف يشعرون بتأجج طاقتهم ونشاطهم لمجرد تواجدهم فى دائرتك

المباشرة الفورية . وأنت لست مطالباً بالتفوه بكلمة واحدة ، ولا أن تتصرف بأية طريقة محددة . إن طاقة العزيمة وحدها بداخلك سوف تشعر الآخرين في نطاق مجالك بأنهم قد منحوا قوة هائلة . وبمجرد أن تشرع في التعبير بشكل مقصود عن أوجه العزيمة السبعة ؛ فسوف يكشف لك الآخرون ، ويشرعون في التعليق على هذا التأثير الذى تحدثه فيهم . سوف يشعرون برغبة في مساعدتك على تحقيق أحلامك . سوف يكونون مفعمين بالطاقة والرغبة في التطوع لخدمتك . كما أنهم سوف يشرعون في تقديم المعونة المادية لتمويل أحلامك من خلال أفكارهم المتأججة الجديدة . فكلما ارتقيت في ظل عالم قوة العزيمة ؛ يخبرنى الآخرون عن مدى تأثيرى عليهم بدون أن أقدم على عمل شيء أكثر من قضاء أمسية في تناول وجبة في أحد المطاعم . لقد أخبرنى الآخرون كيف أنهم قد أفعموا بطاقة الثقة والتصميم والإلهام بعد الوقت الذى قضيناه معاً . رغم أننى لم أفعل أى شيء خلال هذا الوقت . وإنما هم الذين شعروا بتأثيرى من خلال مجال الطاقة المرتفعة التي جمعتنا معاً .

وجودك سوف يشعر الآخرين بأنهم في حال أفضل مع أنفسهم . هل سبق من قبل ولاحظت أنك في وجود أشخاص معينين تشعر بأنك في حال توافق أو في حال أفضل مع نفسك . إن طاقتهم المتعاطفة المحبة تملك هذا التأثير المحبب الذى يشعرك ببساطة بأنك في حالة توافق أفضل مع نفسك . سوف تؤثر على الآخرين من خلال هذه الطاقة المتعاطفة المحبة التى تنمي تواصلك بالعزيمة . سوف يشعر الآخرون بأنك تعتنى بهم وبأنك تفهمهم وأنك مهتم بكل واحد منهم شخصياً . إن هذا النوع من التواصل مع العزيمة ، سوف يجعلك أقل تركيزا على نفسك عندما تجرى أى حوار ، وأقل استغلالاً للآخرين لدعم الأنا الخاصة بك .

وفي المقابل ؛ فإن تواجدك مع شخص غير عابئ ، ومتجاهل سوف يؤثر عليك بطريقة مختلفة تماماً . إن كانت هذه هي الطاقة المنخفضة التي تنقلها للغير فسوف يغادرون مصطحبين انطباعاً سيئاً عن أنفسهم ما لم تكن هناك صلة وثيقة تربطهم بطاقة العزيمة تمكنهم من مواجهة هذا التأثير

السلبى للطاقة المنخفضة . إن هذه الأفكار والسلوكيات النابعة من الطاقة بالغة الانخفاض سوف تتضح إن سعيت لتوظيف كل موضوع يثار كوسيلة للتحدث عن نفسك . إن أى سلوك مماثل هو انعكاس لاستحواذ الأنا على طاقتك مما يؤثر على الآخرين بشكل غير محبب . فضلا عن أن هذا سوف يشعر الغير بأنهم معدومو الأهمية ، مما سوف يزيد من شعورهم بالاستياء حيال أنفسهم عندما يتحول هذا إلى نمط متكرر فى إحدى العلاقات المهمة فى حياتهم .

حضورك يسمح للآخرين بالاتحاد . إن تأثير التواجد مع شخص يصدر تردداً مرتفعاً هو أن تشعر بالتوحد والاتصال مع كل ما فى الطبيعة والنفس البشرية والعزيمة . كلما ارتفعت درجة التردد لديك ؛ فإن تأثيرك على الغير سوف يدعوهم للانضمام إلى فريقك . أنت متوحد وتريد أن تساعد كل شخص غيرك على تحقيق هدف مشترك .

إن مقابل الشعور بالتوحد هو الشعور بالانعزال والبعد . إن الطاقة المنخفضة هى طاقة مطالبة وهى تحركك دائما ضد الآخرين . لذلك ؛ فإنها سوف تخلق لا محالة حالة مكسب أو خسارة . إن طاقات الحقد ، والانتقاد والكراهية ، وغيرها من المشاعر تولد طاقة مضادة تفرض على الشخص الخسارة . وعندما يكون لديك عدو فسوف تكون بحاجة إلى إقامة نظام دفاعى وسوف تكون رغبتك فى الدفاع عن نفسك هى الطبيعة المميزة لعلاقتك . إن الشخص الذى يشعر بحاجة للتحرك ضد الآخر ، والذى يشعر بالعزلة سوف يشعل نار الحرب . والحرب تكون دائماً باهظة التكاليف . يمكن تجنب كل هذا بأن تبقى متواصلاً مع العزيمة وتسعى لاستحضار الطاقة الأعلى فى علاقاتك ، مما سوف يسمح لك بالتوحد مع نفسك ومع كل شخص آخر ومع الطبيعة .

وجودك وحضورك يخلق شعوراً بالأهمية . عندما تكون طاقاتك الروحية مرتفعة ؛ سوف تجلب وتمنح الآخرين شيئاً يكاد يكون غير قابل للتفسير . إن وجودك وسلوكك الذى ينم عن الحب ، والقبول ، وعدم انتقاد

الآخرين ، والطيبة سوف يتحول إلى حافز يُشعر الآخرين بأن لديهم هدفاً فى الحياة .

إن حفاظك على الطاقات العليا للتفاؤل والتسامح والفهم والتبجيل للروح والخلق والطمأنينة والسعادة سوف يجعلك تشع هذه الطاقة وتحول من خلالها الطاقات المنخفضة إلى تذبذب أعلى . إن هؤلاء الأشخاص الذين سوف تؤثر عليهم بشكل غير مقصود سوف يعتريهم الشعور بالتبجيل والطمأنينة . إن هدفك الذاتى الذى يتمثل فى خدمة الآخرين ومن ثم إرضاء الله سوف يتحقق وبعدها سوف تحصل على مكافأتك وهى أنك سوف تكتسب حلفاء .

لقد أخبرنى آلاف الأشخاص أن مجرد حضور محاضرة أو حديث فى دور العبادة يتناول موضوعات الأمل ، والحب ، والطيبة ؛ كان كافياً لخلق دافع قوى لديهم للالتزام بهذا الهدف فى حياتهم . وعندما أتحدث فى مثل هذه المناسبات ؛ أحرص دائماً على دخول القاعة من المؤخرة لكى أستغرق بعض الوقت فى تجرع طاقة الأمل والتفاؤل والحب . إننى أشعر بالفعل عندها بهذه الطاقة الجماعية . إنها أشبه بموجة هادئة من السعادة ؛ أشبه بشلال دافئ يسرى بداخلى . وهذه هى الطاقة . إنها طاقة العزيمة وهى طاقة قوية دافعة تحثك على مساعدة كل شخص فى التحلى بالأمل وتحديد ما يصبو إليه .

وجودك سوف يسمح للغير بالوثوق فى العلاقات الشخصية الصادقة .

إن توصيل سمات العزيمة إلى الآخرين يسمح بخلق جو من الثقة . سوف تلحظ أن هناك ميلاً ورغبة من قبل الآخرين فى التحدث معك والإفصاح بمكنون نفوسهم . هذه هى سمة الثقة . فى مناخ الطاقة العليا ؛ سوف يثق بك الآخرون ويرغبون فى الإفصاح عن قصصهم الشخصية لك . إن التواصل الوثيق بالعزيمة يجعلك تكتسب سمة روحانية تحث الآخرين على الإفصاح لك بأسرارهم .

حدث مؤخراً ؛ حينما ذهبت لمشاهدة دفعة من دفعات الحيتان فى الصباح الباكر ؛ أن اقتربت منى سيدة لم تكن تعرفنى وحكت لى عن أدق

أسرارها ؛ حكت لى عن علاقاتها الفاشلة وكيف أنها كانت تشعر بحالة من عدم الرضا . لقد تحدثت معى فى مناخ تسوده الثقة مما دفعها إلى الإقدام على الكشف عن أسرارها لشخص غريب لا تعرفه . (لقد تكرر ذلك معى كثيراً بما أننى أحيا بمبادئ الأوجه السبعة للعزيمة) . وقد عبر " سانت فرانسيس " عن ذلك بقوله : " ليست هناك جدوى من أن تعظ الناس فى كل مكان ما لم تطبق هذه الموعظة " . سوف تكتشف فى النهاية أن طاقة العزيمة التى تحملها سوف تشجع حتى الغرباء على الرغبة فى مساعدتك على تحقيق مقاصدك .

وتتضح عكس هذه النتائج عندما تصدر تردداً لطاقة منخفضة . وإن عكست طاقة تنم عن عدم الثقة من خلال القلق ، وانتقاد الآخرين ، والتشبث برأيك ، والتعالى ، ومطالبة الآخرين بتنفيذ أوامرك ؛ فلن يشعر الآخرون برغبة في مساعدتك . بل إن الحقيقة هي أن ما يصدر عن طاقتك المنخفضة يدفع الآخرين إلى الرغبة فى عدم مساعدتك وخدمة عزيمتك . لماذا ؟ لأن طاقتك المنخفضة تسهم فى خلق قوة مضادة فى نشوب الصراع الذى يفرض وجود فائزين وخاسرين وأعداء ؛ كل هذا بسبب عدم رغبتك فى البقاء متصلاً بأوجه العزيمة .

وجودك يلهم الآخرين العظمة . عندما تكون متصلاً بالروح وعاكساً لذلك ؛ سوف تصبح مصدراً لإلهامهم . ونقصد بذلك ؛ أن هذه هى إحدى أقوى النتائج التى يعود بها التواصل مع العزيمة على الآخرين . إن كلمة " إلهام " تنم عن الروحانية . وكونك روحانياً يعنى أنك توحى ، ولا تأمر أو تتحدث من خلال وجودك. إنك لن تلهم الآخرين بإصرارك ومطالبتك إياهم بالإنصات إلى وجهة نظرك .

فى كل السنوات التى قضيتها فى التدريس ، والكتابة ، وإلقاء المحاضرات وإعداد الشرائط المرئية والمسموعة ؛ لاحظت أن هذه العملية تتم على مستويين . حيث أشعر دائماً بأننى واضح الهدف ، وملهم ، ومتواصل مع الروح الكونية أثناء عملى وهو ما يؤثر بدوره على الآلاف بل حتى على الملايين ممن يتواصلون معى حيث يتواصلون مع الإلهام من خلال إلهامى

أنا الشخصي . العامل الثانى هو هذا العدد الضخم من الأشخاص الذين ساعدونى فى عملى . لقد أرسلوا لى بمواد وقصص موحية استخدمتها فى عملى ، ومن ثم تحولوا إلى مساعدين فى الخلق والإبداع . فعندما تلهم أشخاصاً آخرين بوجودك ؛ فهذا يعنى أنك تستخدم قوة العزيمة الأصيلة لخدمة مصلحة كل من تتعامل معهم بما فى ذلك نفسك . إننى أعتنق من كل قلبى هذا المفهوم وأنا أعلم بلا أدنى شك أن وجودك أنت أيضا يمكن أن يكون ملهماً للغير .

وجودك يسبغ الآخرين بالجمال . عندما تتصل بالعزيمة ؛ سوف ترى الجمال فى كل مكان وكل شيء لأنك سوف تشع جمالاً . سوف تتغير طريقة تصورك للعالم بدرجة كبيرة . إن الطاقة المرتفعة للعزيمة سوف تدفعك إلى رؤية الجمال فى كل شخص سواء كان هذا الشخص غنياً أو فقيراً أو أسود أو أبيض بدون أى تمييز . سوف ترى كل شيء بعين التقدير وليس من منطلق توجيه الانتقادات . عندما تستحضر هذا الشعور بتقدير الجمال فى وجود الآخرين ؛ فسوف ينزع الناس إلى رؤية أنفسهم كما تراهم أنت . سوف يشعر كل منهم بأنه شخص جذاب وسوف تتحسن نظرته إلى نفسه وأنت تنقل له طاقة الجمال المرتفعة . عندما يشعر الإنسان بأنه جميل ؛ فستصبح تصرفاته جميلة . إن إدراكك للجمال سوف يؤثر على الغير لرؤية العالم من حولهم بنفس الطريقة . والفائدة ؛ أكرر ثانية ؛ سوف تكون مزدوجة . أولاً سوف تساعد الآخرين على النظر بعين التقدير إلى حياتهم وبأن يكونوا أكثر سعادة بفضل انغماسهم فى عالم الجمال . ثانيا ؛ سوف يحصل عزمك الذاتى على مساعدة من هؤلاء الأشخاص الذين اكتسبوا المزيد من الدعم لاعتزازهم الذاتى بأنفسهم . إن الجمال سوف يتدفق للآخرين بفضل وجودك وحده عندما تكون متصلاً بالعزيمة .

وجودك يغرس الصحة وليس المرض . إن اتصالك بالمصدر سوف يبقيك مركزا على ما أنت عازم على إظهاره فى حياتك ؛ ولن تتبقى لك أى طاقة للقيام بما لا ترغب فى عمله . هذا التركيز الداخلى لن يسمح لك بالشكوى من العلل ، أو التفكير فى المرض ، أو الألم أو أى مشكلة صحية . سوف

تركز طاقتك دائما على خلق الحب ونشر المثالية التى نبعت أنت منها . وسوف يشمل هذا جسدك وكل مفاهيمك عنه . وأنت تعرف يقيناً أن منظومة جسمك تعبر عن مجموعة من المعجزات . فسوف تندهش حينما تدرك قدرته الرائعة على شفاء نفسه ، وأداء وظائفه بدون أى تدخل من جانبك . أنت تعرف أن بدنك ملهم بقوة روحية تجعل قلبه يدق ومعدته تهضم الطعام وتجعل أظافر اليد تنمو وأن هذه القوة ذاتها هى قوة مستقبلة للصحة الوافرة .

وعندما تعكس للآخرين تقديرك الصحى للمعجزة المتمثلة فى جسدك ، سوف تشتت جهدهم فى الاستسلام للمرض والعلل والتدهور . وكلما زاد تردد مجال طاقتك ؛ أصبحت أكثر قدرة على التأثير على الآخرين من خلال طاقة الشفاء الخاصة بك . (انظر الفصل ١٣ للتعرف على المزيد حول الشفاء والعزيمة) . كن مدركا لهذه القدرة الرائعة لكى تؤثر على شفاء وصحة كل المحيطين بك بمجرد الوجود الصامت لاتصال طاقتك العالية بالعزيمة . إنها طاقة فعلية تنبع منك .

* * *

أملاً فى أن تكون قد أدركت أهمية رفع مستوى طاقتك ؛ سوف أختم هذا الفصل بنظرة عن كيفية تأثير مستويات الطاقة على حضارتنا بأسرها ؛ وذلك عندما تتزامن وتتوافق هذه الطاقة مع مصدر الخلق. يتطلب هذا عقلاً متفتحاً وقدراً من المرونة من جانبك ؛ لأن ما أتحدث عنه هو شيء أنا على يقين من أنه حقيقى ؛ ولا أملك إلا أن أشير إليه . قد يبدو ذلك غريبا أو حتى غير مألوف بالنسبة لأى شخص لا يملك القدرة على رؤية الطرق التى نرتبط من خلالها ببعضنا البعض على ظهر الأرض وبالتالى قدرتنا على التأثير على بعضنا البعض من على مسافات تفوق حدود الحواس .

تأثيرك على إدراك ووعى البشرية بأكملها

منذ عدة سنوات مضت ، شاركت إحدى بناتى فى أحد البرامج المكثفة فى أحد المعسكرات الصحراوية لكى أساعدها على التعامل بشكل أكثر فاعلية مع أزمات وتحديات فترة المراهقة . إن آخر شيء ذكره المعلم فى المعسكر لابنتى كان " تذكرى فى كل وقت وحين أن ما تفكرين به وما تفعلينه سوف يؤثر على غيرك " . هذا حقيقى حتى فيما يتعدى تأثيرنا على الأصدقاء ، والأسرة ، والجيران ، والزملاء ، فإننى أومن يقيناً بأننا نؤثر على البشرية بأسرها . مما يعنى بالتالى أنك عند قراءة هذا الجزء من الكتاب ؛ يجب أن تضع فى اعتبارك أن ما تفكر فيه وتفعله سوف يؤثر على كل الناس .

فى كتابه **Power vs . Force** ؛ كتب " ديفيد هوكينز " : " فى هذا الكون المتصل ؛ كل تحسن نحرزه فى عالمنا الخاص سوف يحسن العالم بأسره بالنسبة للجميع . كلنا نطفو على المستوى الجماعى لإدراكنا الإنسانى ؛ وهذا يعنى أن أى ميزة نضيفها سوف تعود علينا جميعاً . كلنا نضيف إلى عفويتنا وسعادتنا من خلال جهدنا لازدهار الحياة . إن ما يفيدنى سوف يفيدك أنت ؛ إنها حقيقة علمية " . لقد دعم الدكتور " هوكينز " صحة ملاحظته من خلال تسعة وعشرين عاماً من البحث الجاد ، والذى أدعوكم للتعرف عليه إن كنتم من المهتمين بمثل هذه الأمور . سوف ألخص بإيجاز بعض ما خلص إليه الدكتور " هوكينز " وكيف أن هذه الخلاصة تتعلق بالتأثير الذى تملكه على الآخرين عندما تكون متصلاً بطاقة العزيمة .

إن أى شخص وأى جماعة كبيرة ، من الممكن أن يتم تقييمها من حيث مستوى طاقتها . وبصفة عامة ؛ يمكن القول بأن الشخص صاحب الطاقة المنخفضة لا يملك القدرة على تمييز الحق من الباطل حيث يمكن أن يملى عليه الآخرون الكيفية التى يجب أن يفكر بها أو يكره بها ، أو يقتل بها ، كما أنه يسهل انخراطه وانضمامه إلى بعض الجماعات سطحية التفكير التى تبنى انتماءها على معتقدات خاوية ، مثل الجانب الذى ولد

عنده من النهر ؛ والمعتقدات التى كان يعتنقها آباؤه وأجداده ، وشكل عينه ، والمئات من العوامل الأخرى ذات الصلة بالشكل ، وكل الأشياء الحسية المادية . يذكر " هوكينز " أن ما يقرب من سبعة وثمانين بالمائة من البشرية يملكون مستوى طاقة جماعية يعمل على إضعافها . كلما ارتقيت فى سلم التردد الخاص بالطاقة ؛ قل عدد الأشخاص . أما الدرجات العليا فهى تتمثل فى العظماء الذين كشفوا لنا عن هذه الأنماط الروحانية التى توالت عبر العصور . إنهم الأشخاص الذين نجحوا فى التواصل والاتحاد مع القوة الروحية وهم يولدون مجال طاقة جاذباً شاسعاً يجتذب ويؤثر على كل الجنس البشرى .

تعقب الدرجة السابقة مباشرة والتى تتسم بالاستنارة والبصيرة التامة ، مستوى الطاقة المرتبط بالتجربة القائمة على إدراك الذات والاتصال بالله . يلى هذا المستوى مستوى السعادة الخالصة ولعل العلامة المميزة لهذا المستوى هى التعاطف . إن الشخص الذى يصل إلى هذا المستوى يكون أكثر رغبة فى عمل كل ما يفيد الحياة ذاتها وليس ما يفيده هو على المستوى الشخصى .

تحت هذه المستويات بالغة الارتفاع والسمو ، والتى لا يملك سوى القليل فقط من الناس القدرة على بلوغها بشكل دائم ؛ توجد مستويات الحب غير المشروط والطيبة ، وتقبل الآخرين وتقدير الجمال ، كما تتواجد بشكل أقل تجلياً ولكن بعمق الأوجه السبعة للعزيمة التى أشرت إليها وأفضت فى شرحها فى الفصول الافتتاحية لهذا الكتاب . وتحت مستوى الطاقة التى تقوينا ، يوجد مستوى الطاقة المنخفضة للغضب ، والخوف ، والحزن ، والشعور بالذنب ، والحقد ، والكراهية ، انتقاد الآخرين ، والشعور بالخزى ؛ وهى كلها مشاعر تضعفنا وتؤثر علينا على نحو يثبط ويعيق تواصلنا مع مستوى الطاقة الكونية للعزيمة .

إن ما أحبك أن تفعله هنا هو أن تثب معى وثبة إيمانية بينما أقدم لك بعض ما خلص إليه الدكتور " هوكينز " فى كتابه الثانى The Eye of the I . من خلال اختبار حركى حسى للحق مقابل الباطل ؛ فلقد حدد الدكتور " هوكينز " العدد التقريبى للأشخاص الذين يصل مستوى

طاقتهم عند الحد الذى يضعف ، أو الأقل منه . أريدك أن تنظر بعين الاعتبار إلى هذه النتائج وهذه الخلاصة فى ضوء تأثيرها على الحضارة . يرى الدكتور " هوكينز " أنه يجب أن يدرك كل منا معنى رفع مستوى التردد إلى الحد الذى يمكننا من التواصل والتوافق مع طاقة المصدر الكونى ؛ بعبارة أخرى الاتصال بقوة العزيمة .

ولعل أحد أكثر جوانب هذا الخط البحثى إثارة هو فكرة الطاقة المقابلة . إن الشخص مرتفع الطاقة سوف يصدر طاقة مقابلة للإطاحة بأصحاب الطاقات المنخفضة . ولكن هذا لا يحدث على مستوى واحد إلى واحد أى شخص إلى شخص لأن سبعة وثمانين بالمائة من البشرية يملكون ترددا منخفضاً للطاقة . إن شخصاً واحداً متصلاً بالعزيمة ؛ كما شرحت فى هذا الكتاب ؛ يمكن أن يملك تأثيراً هائلاً على العديد من الأشخاص من أصحاب أنماط الطاقة المنخفضة . وكلما ارتقيت فى سلم الطاقة فهذا يعنى أنك تتحرك فى اتجاه البصيرة والاتصال بالله ؛ وتزداد قدرتك على مواجهة الطاقات المنخفضة الضعيفة ورفعها . وإليك بعض الأرقام المدهشة التى أشار إليها الدكتور " هوكينز " فى بحثه ؛ أريدك أن تتأملها جيداً بينما تراجع تأثيرك على البشرية بمجرد وجودك فى مستوى مرتفع من سلم العزيمة :

- **إن شخصاً واحداً يعيش ، ويشع طاقة التفاؤل وينأى عن انتقاد الآخرين وإدانتهم ، سوف يملك القدرة على مواجهة سلبية تسعين ألف شخص ممن يملكون طاقات منخفضة مضعفة .**

- **إن شخصاً واحداً يعيش ويشع طاقة حب خالص وتبجيل لكل ما فى الحياة سوف يواجه سلبية سبعمائة وخمسين ألف شخص من أصحاب الطاقات الضعيفة المنخفضة .**

- **إن شخصاً واحداً يعيش ويشع طاقة البصيرة والسعادة والسلام اللانهائى سوف يواجه سلبية عشرة ملايين شخص من أصحاب المستوى المنخفض الضعيف . (ينتمى إلى هذه الفئة ما يقرب من اثنين وعشرين حكيماً معاصراً) .**

- **إن شخصاً واحداً يعيش ويشع طاقة النعمة الإلهية ، والروح الخالصة التى تسمو على الجسد فى عالم خال من أى ازدواجية أو توحد كامل سوف يواجه سلبية سبعين مليون شخص منْ أصحاب الطاقة المنخفضة . (ينتمى إلى هذه الفئة فى الوقت الراهن عشرة حكماء فقط) .**

فيما يلى سوف أعرض لدراستين إحصائيتين دامغتين أجراهما الدكتور " هوكينز " وخلص إليهما بعد تسعة وعشرين عاماً من الدراسة على المحددات الخفية للسلوك البشرى :

١. لكل حقبة أو مرحلة تاريخية يبرز شخص واحد أو عدة أشخاص يمثلون لك الرقى والسمو الأخلاقى الذي يسعى الجميع إلى الوصول إليه وبالتالى يتخذونهم مثلاً أعلى وقدوة يحتذى بها ، ولهؤلاء الأشخاص القدرة على مواجهة السلبية الجماعية لكل الجنس البشرى فى عالمنا اليوم .

٢. إن سلبية الجنس البشرى بأكمله كانت ستدمر البشر أجمعين تدميراً ذاتياً ما لم تكن قد واجهت قوة مضادة لمجال طاقة مرتفع .

إن هذه الحقيقة توحى بالكثير فى اكتشاف طرق لتحسين الوعى البشرى والارتقاء بأنفسنا إلى حيث نتوافق مع نفس طاقة العزيمة التى خلقنا منها . إن رفعك لدرجة تردد ذبذباتك بقدر ضئيل إلى حيث تستطيع أن تمارس الطيبة والحب والاستقبال بشكل دائم وإلى حيث تستطيع أن ترى الجمال والقدرات اللانهائية للخير فى الغير وفى نفسك ؛ سوف تواجه تسعين ألف شخص فى مكان ما على سطح هذه الأرض ممن يعيشون فى ظل طاقات منخفضة من جراء الشعور بالخزى والغضب والكراهية والذنب واليأس والإحباط وهكذا .

لا يسعنى هنا إلا أن أتذكر " جون إف . كيندى " والطريقة التى تعامل بها مع أزمة الصواريخ الكوبية فى الستينات من القرن العشرين . فلقد كان محاطا بمستشارين يحثونه على استخدام القنابل الذرية إن لزم الأمر . ومع

ذلك فإن طاقته الذاتية وطاقة القليل فقط ممن كان يثق بهم من زملائه ممن كانوا يتطلعون إلى التوصل إلى حل سلمى قد ساعدته على التصدى لتلك الأغلبية الساحقة التى كانت تشجعه على الهجوم والقتال . إن شخصاً واحداً فقط يملك طاقة روحانية بالغة الارتفاع يمكن أن يرجئ احتمال الحرب ويجعله خياراً أخيراً . يصح هذا أيضاً على كل مجريات الحياة . استحضر طاقة العزيمة فى ظل أى صراع ، حتى النزاع الأسرى أو العائلى وسوف تلغى وتحول هذه الطاقة المنخفضة المعتدية بمجرد تواجدك وحضورك .

لقد سبق وطبقت هذا من قبل فى أحد المواقف المشحونة عندما سعت زمرة من الشباب صغار السن ممن كانوا يتعاطون المخدرات والكحول إلى النزاع عندما استفزتهم مجموعة أخرى . فما كان منى إلا أن سرت بين الفريقين وأنا أتمتم بأغنية " بالطبع الله موجود فى هذا المكان " فعملت هذه الطاقة وحدها على تخفيف حدة النزاع ورفع معدل الطاقة والنزوع إلى السلام .

وفى إحدى المرات أيضاً ؛ اقتربت من امرأة بدت مشحونة من جراء نزاعها مع ابنها الصغير فى أحد متاجر البقالة ، وكانت تصيح بكلمات بذيئة فى وجه طفلها الذى لم يكن قد تعدى العامين من عمره . سرت فى هدوء فى مجال طاقتها ولم أقل شيئاً ولكننى جعلت رغبتى فى خلق مجال أعلى لطاقة الحب تشيع فى المكان ، وقد عملت هذه الطاقة على تحييد طاقة الكراهية المنخفضة . فكر فى أهمية إدراكك للتأثير الذى تملكه على الآخرين وذكر نفسك بأنك برفع مستوى طاقتك إلى حيث تكون فى انسجام مع العزيمة سوف تتمكن من التحول إلى أداة أو قناة سلام . سوف يجدى هذا ويعمل فى كل مكان ؛ لذا يجب أن تكون جزءاً من هذه القوة المضادة للسلبية البشرية التى تقابلها فى حياتك .

خمسة مقترحات لتطبيق
أفكار هذا الفصل

١. كن مدركاً لأهمية تحويل كل علاقاتك إلى علاقات روحية . إن العلاقة الروحية لا تقوم على أساس الدين ، فهى تركز على تجليات الروح فى كل مكان . إن أبناءك ما هم إلا كائنات روحانية تأتى من خلالك وليس من أجلك . وتنشأ هذه العلاقة عندما تحب لأخيك ما تحب لنفسك . فإن كنت تبحث عن الحرية ؛ فاطلبها لكل من تحبهم . إن كنت تريد الوفرة الفياضة ؛ فاطلبها أولاً للآخرين وبدرجة أكبر مما تريده لنفسك . وإن كنت تبحث عن السعادة ؛ فانشدها لغيرك ودعهم يعرفون ذلك . كلما أضفيت هذه الروحانية على جوهر علاقاتك ؛ ازددت اندماجاً مع طاقة العزيمة .

٢. عندما تظهر مسألة أخلاقية عن الكيفية التى يجب أن تتصرف بها مع الآخرين ؛ فقط اطرح على نفسك ببساطة السؤال التالى : ماذا كان سيفعل مثلى الأعلى فى هذا الموقف ؟ وهذا السؤال الداخلى سوف يشيع فى نفسك الطمأنينة . إن مثلك الأعلى يجسد الأوجه السبعة للعزيمة من خلال كونه كائناً روحانياً مر بتجربة . بهذه الطريقة سوف تحذو حذوه فى تعاملك مع الآخرين . تدرب على أن تتمنى للآخرين ما تتمناه لنفسك بأن تكون مثل مثلك الأعلى فى السمو الأخلاقى تماماً ، والاحتذاء به بدلاً من أن تنفذ تعليماته دون فهم .

٣. راقب الأحكام التى توجهها لنفسك وللآخرين . ابذل جهداً مقصودا لكى تنقل أفكارك ومشاعرك التى تنم عن التعاطف والمحبة . ادع لكل متسول بدلاً من أن تحكم عليه بأنه شخص خامل ، أو عالة على المجتمع . إن أفكارك المتعاطفة هذه هى التى سوف ترفع مستوى طاقتك وسوف تضمن لك بقاء التواصل مع العزيمة . تعاطف مع كل إنسان تقابله ؛ تعاطف مع كل البشرية ؛ تعاطف مع مملكة الحيوان ؛ تعاطف مع الأرض ، ومع الكون بأسره . وفى المقابل فإن

المصدر الكونى لكل حياة سوف يمن عليك بهذا التعاطف وسوف يساعدك على تحقيق عزمك الشخصى ، وهذا هو قانون الجاذبية . أرسل تعاطفك وسوف يعود إليك ثانية ؛ أرسل عدوانيتك وإدانتك وسوف تعود إليك أيضاً . راقب أفكارك ؛ وعندما تجدها تعبر عن أى شيء إلا التعاطف ؛ غيرها !

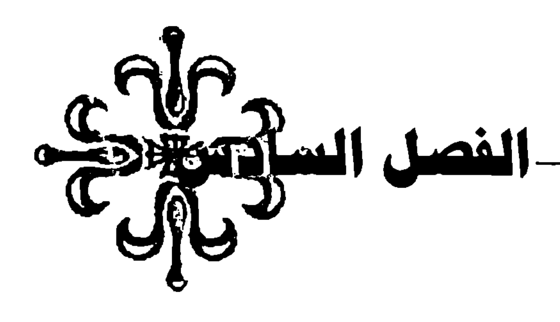
٤. **مهما يكن ما يريده الآخرون ؛ تمنه لهم بحيث تجعل هذه الطاقة تشيع نحو الخارج ، وتصرف من منطلق هذا الوعى والإدراك الروحانى .** اسع لاستشعار أكثر ما سوف يسعد ويرضى الغير . ثم ابعث بطاقتك المرتفعة للعزيمة إلى هذا الشعور وركز على إشاعة هذه الطاقة فى الخارج وخاصة أثناء تواجدهم بجوارك . سوف يساعد هذا على خلق مجال مزدوج شديد الارتفاع تتجلى فى ظله مظاهر العزيمة .

٥. **انتبه دائما إلى أن مجرد التفكير والانسجام مع الأوجه السبعة للعزيمة ؛ سوف يتصدى للسلبية المشتركة أو الجماعية لما لا يقل عن تسعين ألف شخص** أو ربما لملايين الأشخاص . ليس لديك ما تفعله . ليس هناك أى شخص بحاجة إلى تغيير . ولا توجد أهداف تريد أن تحققها . فلا يطلب منك سوى رفع مستوى طاقتك لكى تصل إلى الإبداع ، والخلق ، والطيبة ، والحب ، والجمال ، والتوسع ، والوفرة الفياضة ، واستقبال كل الترددات بدون انتقاد الآخرين . إن هذا السلوك الداخلى سوف يرتقى بك إلى مستوى يكون فيه مجرد وجودك ذا تأثير إيجابى على البشرية . فى سيرته الذاتيه ؛ تحدث " سوامى سرى يوكتسوار " مع " برامهنسا يوجندا " قائلا : " كلما تعمق الإدراك الذاتى لدى المرء ، ازداد تأثيره على الكون بأسره بسبب البراعة التي يكتسبها من ذبذباته الروحانية ، وقل تأثره بكل المدركات الحسية المتغيرة " .

أنت تحمل مسئولية تجاه الأسرة البشرية بأسرها ، بأن تتواصل مع العزيمة . ولو لم تسع لذلك قد تكون فى هذه اللحظة سبباً فى إحباط شخص آخر فى بلغاريا !

* * *

بهذه الكلمات ، يختتم " المهاتما غاندى " هذا الفصل عن الكيفية التى نؤثر بها على العالم من خلال التواصل الدائم بما أوجدنا هنا فى المقام الأول . " يجب أن نجسد التغيير الذى نرغب فى رؤيته فى هذا العالم " إن كوننا كذلك سوف يصلنا بالجانب الأبدى من أنفسنا الذى ينبع من اللانهائية . إن فكرة اللانهائية وكيفية تأثيرها على قدرتنا على معرفة وتوظيف قوة العزيمة مازالت غامضة بدرجة كبيرة . إنها الموضوع الأساسى الذى سوف نطرحه فى الفصل الأخير من الجزء الأول من هذا الكتاب . سوف نسبر أغوار اللانهائية من خلال جسد وعقل يبدأ وينتهى فى وقت محدد ، ومع ذلك فإنه يدرك بطريقة أو بأخرى أن الأنا قد وجدت منذ الأزل وسوف تبقى إلى الأبد .



الفصل السادس

العزيمة
واللامحدودية

" إن ما تزرعه فى دنياك ستحصده فى آخرتك ، فلو لم تزرع شيئاً الآن ، فلـن تجـد ما تحصده " .

" جوزيف كامبل "

أرجوك مـارس هـذا التـدريب البسـيط هنـا ؛ فـى هـذه اللحظـة . اتـرك الكتاب جانباً واهتف بصوت مرتفع " **أنا لست من هنـا** . تـبين معنـى هـذه الكلمات بوضوح . فمعناها هو أنك بداخل هذا العالم ولكنك لا تنتمى إليـه . لقد تم تلقينـك أن مـا تمثلـه أنـت هـو هـذا الجسم الـذى يحمـل اسمـك ؛ هـذا الجسـم المخلـوق مـن جزيئـات ، وعظـام ، وأنسـجة ، وأكسـجين ، وهيدروجين ، ونيتروجين . وأنت تعـرف نفسـك مـن خـلال هـذا الشـخص الذى يحمل اسماً معينا ؛ وتتعرف على نفسك من خلال كونك هذا الشخص الذى يملك ممتلكات معينة وإنجازات معينـة . إن هـذه الـذات أيضـاً تملـك بعض المعلومات المروعة . إنها تعلم أيضـاً أنهـا إن كانـت محظوظـة ؛ فإنـه مقدر لها أن تكبر وتهرم وتمرض وتفقد كل شيء اعتادت علـى التعلـق بـه .

ثم إنها تعلم أنها سوف تموت . هذه نسخة مختصرة لما قدمه لك العالم ؛ مما يجعلك تسقط فريسة الحيرة والتخبط من سخرية هذا الشيء الذى نطلق عليه اسم الحياة . فى ظل هذه الصورة القاتمة ، التى تثير الخوف والرعب ؛ أحب أن أقدم لك مفهوماً سوف يقتلع هذا الرعب من داخل نفسك . أريدك أن تعرف كيف تنفصل عن هذه الفكرة التى تقول إنك لا تمثل إلا هذه المجموعة من العظام والأنسجة التى سوف تبلى مع التقدم فى السن .

لقد نشأت من مجال كونى للخلق أطلقت عليه أنا اسم العزيمة . وتتجسد فى هذا العقل الكونى معانى الحب الخالص والحنان والجمال والإبداع وهو دائم التوسع ودائم العطاء والفيض . لقد نشأت من هذا العقل الكونى . ومازلت أقول لك إن كلمة كونى تعنى كل مكان وكل زمان . بعبارة أخرى ؛ تعنى اللانهائية . طالما بقيت آمالك معلقة بمسار هذا المبدأ الأبدى ؛ فليس هناك على سطح الأرض ما يمكن أن يقف فى طريقك ويحول دون وصولك لما تريد الوصول إليه وتحقيقه من أمنيات . فقط عندما تختار أن تسمح للأنا الخاصة بك باعتراض طريق هذا التوسع وطريق العقل اللانهائى للتوسع ؛ عندها يمكن ألا تتحقق أحلامك وأمنياتك .

مظاهر الخلود فى الحياة

كلنا يعيش فوق مسرح تجتمع فيه عدة مظاهر خالدة . فقط ألق نظرة الليلة وراقب لانهائية المساحة التى تحيط بك . هناك نجوم بعيدة غاية البعد منك يمكنك قياسها بمقياس الضوء فى السنة الأرضية . ووراء هذه النجوم التى يمكنك رؤيتها هناك عدد لانهائى من المجرات تجتمع معاً لنطلق عليها نحن اسم الأبدية . كما أن المكان الذى تحتله بالطبع هو مكان لانهائى . فاتساعه الشاسع يفوق قدرتنا على رؤيته . ونحن نحيا فى ظل كون لانهائى ؛ وأبدى ؛ وأزلى .

والآن انتبه جيداً إلى العبارة التالية . إن كانت الحياة أبدية ، فليست هذه هي الحياة . اقرأ العبارة السابقة ثانية وفكر فى أن الحياة لانهائية

بكل تأكيد . يمكننا أن نرى ذلك فى كل شيء نراقبه ونتفحصه بمنتهى الدقة . ولذلك ؛ يجب أن نخلص إلى أن الحياة ؛ فى إطار الجسم وكل الإنجازات والممتلكات ؛ والتى بكل تأكيد تبدأ من التراب وتنتهى إلى التراب ؛ ليست هى الحياة ذاتها . إن تعرفك على الجوهر الحقيقى للحياة يمكن أن يغير حياتك بشكل جذرى نحو الأفضل . هذا تحول داخلى هائل سوف يقتلع من داخل نفسك الخوف من الموت (كيف يمكن أن تخشى شيئاً ليس موجوداً ؟) ويصلك بشكل دائم بمصدر الخلق اللانهائى الذى يأتى بكل شيء من عالم الروح اللانهائية ، إلى هذا العالم المحدود . تعلم كيف تتقبل مفهوم اللانهائية وانظر إلى نفسك على أنك كائن لانهائى .

بينما نعيش فى العالم المحدود ، الذى يعرف البدايات والنهايات ؛ تحتفظ قوة العزيمة بطبيعتها اللانهائية لأنها أبدية . إن أى شيء تعيشه ليس أبدياً فهو ببساطة لا يمثل الحياة . إنه وهم صنعته الأنا ؛ التى تناضل لكى يكون لها عنوان وهوية منفصلة عن المصدر اللانهائى . هذا التحول الذى يملى عليك أن تنظر إلى نفسك بصفتك كائناً لانهائياً يعيش تجربة بشرية وليس العكس أى أنك كائن بشرى تعيش تجربة روحانية عارضة ؛ هذا التحول يحمل الكثير من المخاوف لمعظم الناس . إننى أحثك على مواجهة هذه المخاوف والنظر إليها مباشرة الآن ؛ والنتيجة هى أنك سوف تحظى بصلة دائمة بالوفرة الفياضة والاستقبال لهذا المصدر الكونى الذى عزيمة على تشكيل الخلق فى هذه الصورة المؤقتة .

خوفك من اللانهائية

نحن نحيا جميعا داخل أجسام سوف تموت ؛ ونحن نعلم ذلك ؛ ومع ذلك فإننا نعجز عن تصور ذلك الأمر يحدث لنا ؛ مما يدفعنا إلى التصور بأننا لسنا كذلك . وكأننا نقول لأنفسنا بأن كل الناس سوف يموتون إلا أنا . يمكن أن نعزو ذلك إلى ما لاحظه " فرويد " . إن وفاتنا هى أمر يفوق تخيلنا لذا فنحن نعمد ببساطة إلى إنكاره ونعيش حياتنا وكأننا لن نموت أبداً ... بسبب هذه المخاوف التى تحملها فكرة الموت لنا . بينما أجلس هنا

لكتابة هذا الفصل ؛ قلت لأحد أصدقائى : إن هدفى هو أن أقتلع من قلب القارئ أى خوف من الموت . دعنى أعرف إن كنت قد حققت هذا الهدف معك حتى ولو بنسبة ضئيلة .

عندما كنت فى السابعة من عمرى ؛ كنت أعيش مع أخى الكبير " ديفيد " فى دار رعاية الأيتام فى ٢٣١ شارع تاون هول فى كليمنز - متشجن . كان الأشخاص الذين قاموا برعايتنا ، بينما كانت أمى تعمل لكى تلم شمل أسرتها ، يدعون السيد والسيدة " سكارف " . مازلت أذكر هذا اليوم جيداً وكأنه حدث بالأمس . كنت أجلس أنا و " ديفيد " فى الشرفة الخلفية لمنزلنا ؛ وخرجت علينا السيدة " سكارف " وهى تحمل ثمرتين من الموز فى يديها والدموع تغطى وجهها . وأعطت كل واحد منا ثمرة موز وهى تقول " لقد توفى السيد " سكارف " صباح اليوم " . كانت المرة الأولى التى شعرت فيها بمفهوم الموت من خلال اتصاله بكائن بشرى . ولكننى ببراءة طفل فى السابعة من عمره ؛ حاولت أن أخفف عنها ألمها فسألتها " ومتى سيعود ؟ " فأجابت بكلمة واحدة لن أنساها ما حييت : " أبداً " .

صعدت الدرج إلى غرفة نومى ؛ وقشرت موزتى واستلقيت على الفراش فى محاولة لفهم كلمة " أبداً " . ما الذى يعنيه الموت إلى الأبد ؟ كان بوسعى أن أستوعب فكرة ألف عام أو حتى بليون سنة ضوئية ولكن فكرة " أبداً " كانت طاغية بالنسبة لى ؛ أى بلا نهاية ؛ والمزيد من اللانهاية ؛ لقد شعرت عندها بالغثيان . ما الذى كان يمكننى عمله لكى أتعامل مع هذه الفكرة غير المفهومة للكلمة " أبدا " ؟ ببساطة ؛ نسيتها كلية وواصلت عملى كطفل فى السابعة من عمره يعيش فى إحدى دور رعاية الأيتام . هذا هو ما كان يقصده " كاستيندا " عندما ذكر أننا جميعاً أجساد فى طريقها إلى الموت ومع ذلك فإننا جميعاً نتظاهر بأننا لسنا كذلك ؛ وهذا هو أكبر خطأ نقع فيه .

موتك . هناك فى الأساس وجهتا نظر بشأن معضلة موتك هذه . وجهة النظر الأولى تقول إننا أجسام مادية ولدت وسوف تواصل الحياة لفترة ثم تتدهور فى النهاية ويترهل جلدها ثم تموت وتبقى ميتة إلى الأبد . إن هذه

الرؤية الأولى سوف تصيبك بالذعر من وجهة نظرك ككائن حى ، وذلك سواء أدركتها أم لم تدركها . ما لم تعتنق الفكرة الثانية فإن خوفك من الموت يكون مبرراً ومفهوماً . إن وجهة النظر الثانية يمكن أن تجعلك حتى تحب الموت إن كنت تكره أو تخاف من الحياة . وجهة النظر الثانية تقول ببساطة إنك كائن أبدى ؛ وأنك روح لانهائية حبيسة ذلك الإطار المكون من لحم ودم لفترة محدودة . ووجهة النظر الثانية هذه ترى أن الجسم المادى يموت بالفعل وبأنك كنت كاملاً ومثالياً عندما خلقت ولكن هذا الجانب المادى البدنى هو ما خلقه العقل الكونى للعزيمة . هذا العقل الكونى كان ومازال بلا شكل ؛ إنه الطاقة الخالصة للحب والجمال والطيبة والخلق والإبداع وهى أشياء لا يمكن أن تموت ؛ لأنها لا تملك شكلاً ؛ إنها بلا شكل ؛ بلا موت ؛ بلا حدود ؛ بلا تدهور ؛ بلا لحم ؛ بلا أى إمكانية أو احتمال للزوال .

والآن أى من وجهتى النظر هاتين تشعرك بالراحة والسكينة ؟ ما هى وجهة النظر التى تنم عن السلام والحب ؟ وما هى وجهة النظر التى تولد الخوف والقلق ؟ من الواضح أن فكرة الذات اللانهائية هى التى تخلق علاقة وثيقة بينك وبين اللانهائية . إن معرفتك بأنك فى الأصل والأساس كائن لانهائى سوف تصلك بالمصدر الذى هو دائم الوجود وأبدى ؛ إنه الفكرة الباعثة على الراحة والسكينة . ونظراً لهذه الطبيعية اللانهائية ؛ فإنها فى كل مكان ؛ وهذا يعنى بالتالى أن الروح الخالصة يجب أن تكون حاضرة فى كل مكان وزمان .

وبالتالى تكون الروح موجودة بأبديتها فى كل مكان بما فى ذلك بداخلك أنت . ولا يمكن أن تنفصل أبداً عن هذه الروح . سوف تتعلم كيف تسخر من تلك الفكرة السخيفة التى تدعى بأنك يمكن أن تنفصل عن العقل الكونى . إنه مصدرك . فأنت تعبير عن القدرة الإلهية التى تعيش فى عقلك ووجدانك . حتى الكافر نفسه ليس بحاجة لأن يؤمن بالله لكى يشعر بوجود الله . وهنا يأتى السؤال ؛ وهو ليس عن جسدك وإن كان سوف يموت ، وإنما عن أى جانب من اللانهائية تريد أن تحيا . أمامك اختياران ؛ إما أن

تعيش على الجانب الخامل أو على الجانب النشط للأبدية . وفى كلتا الحالتين ؛ فإن لديك موعد مع الأبدية ، وهو موعد لا مفر منه .

موعدك مع اللانهائية . أعد قراءة كلمات " جوزيف كامبل " فى بداية هذا الفصل . الأبدية هى الآن ! هى هنا تماما ؛ أنت كائن أبدى لانهائى . فبمجرد أن تتخطى خوفك من الموت باعتباره النهاية المحتومة ؛ فسوف تمتزج بالأبدية وسوف تشعر بالراحة والسكينة عندما تؤمن بهذه الرؤية . نحن نتعرف على كل شيء فى هذا العالم المادى من خلال الزمان والمكان . ولكن الأبدية لا تعرف الزمان والمكان . أنت لست العناصر التى تشكل جسدك ؛ أنت فقط مستخدم لهذه العناصر . أنت ترتفع على حدود الزمان والمكان ؛ أنت مندمج مع العقل الكونى اللانهائى . إن لم تكن قد أدركت هذا ؛ فهذا يرجع إلى الخوف الذى تشعر به . يمكنك أن تحتفظ بموعدك مع الخلود بينما مازلت داخل جسدك الفانى المتشبث بالزمان والمكان . إن هدفى من وراء هذا الفصل هو أن أساعدك على إدراك ذلك وتطبيقه فعليا . وإن امتزجت بهذه الفكرة ؛ فإننى أؤكد لك أنك سوف تحيا بدون خوف من الموت .

دعنا نلق نظرة على عناصر الزمان والمكان ؛ هذا السجن الذى نحبس بداخله أجسامنا المادية وكل كنوزها . إن عنصر المكان يعنى أننا نعيش منفصلين عن كل شخص وكل شيء . هذا هو المكان الذى أعيش فيه بمعنى الحدود التى تحيط بى ؛ وهذا هو مكانك أنت . حتى أقرب الناس إليك يعيشون فى عالم منفصل عن عالمك . ومهما اقتربت من غيرك فى إطار المكان ؛ تبقى القيود قائمة وفاصلة . ففى المكان تعيش حالة انفصال دائم . حاول أن تتصور عالماً لانهائياً بدون مكان حيث يكون الانفصال بالغ الصعوبة ؛ إلى أن نحدد موعدنا مع اللانهائية .

الوقت أيضاً هو أحد عوامل الانفصال . فنحن منفصلون عن كل الأحداث والذكريات التى وقعت فى الماضى . إن كل شيء قد حدث فى الماضى ينفصل عما يحدث الآن . كما أن المستقبل بدوره منفصل عن المكان والزمان الراهن الذى نعيش فيه . نحن لا نملك القدرة على معرفة المستقبل ؛ كما أن

الماضى قد بات منسياً بالنسبة لنا . وبالتالى ؛ فنحن منفصلون عن كل شيء حدث أو سوف يحدث بسبب هذا الوهم الغامض الذى نطلق عليه اسم الزمن .

عندما تغادر روحك الخالدة جسدك ؛ فإنها سوف تتحرر من قيود الزمان والمكان . ولن يكون الانفصال موجوداً ؛ بل سوف يتلاشى . إذن سؤالى إليك لا يقتصر عليك إن كنت تعتقد أو لا تعتقد أن لديك موعداً مع اللانهائية . إنما على مدى محافظتك والتزامك بهذا الموعد المحتوم . يمكنك أن تفعل ذلك الآن وأنت حى داخل جسدك وقد سيطر عليك وهم الزمان والمكان ؛ أو يمكنك أن تفعل ذلك بعد وفاتك . إن قررت أنك سوف تحدد موعدك مع اللانهائية وأنت حى ترزق ؛ فهذا أشبه بتعلم الموت أثناء الحياة . وبما أن تنجح فى إنجاز هذا التحول نحو الجانب النشط للانهائية ؛ فإن خوفك من الموت سوف يذوب وسوف تضحك من فكرة الموت .

يجب أن تفهم جوهرك الحقيقى ؛ انظر إلى الموت وجهاً لوجه واكسر قيود العبودية من الخوف . أنت لن تموت . كرر هذه العبارة . تأملها . انظر إليها من الزاوية التالية : إن لم تكن كائناً لانهائياً ؛ فما الهدف من الحياة إذن ؟ إن الهدف ليس بالطبع أن تولد وتعمل وتجمع كل شيء ثم تفقده ثم تمرض ثم تموت . إن اتصالك والتفاتك إلى جوهرك الأبدى وبقاء تواصلك مع الأوجه السبعة للعزيمة ؛ سوف يجعلك تشرع فى التحرر من حدود الأنا . سوف تستحث بذلك العقل الكونى اللانهائى لكى يعمل من أجلك ويساندك . والأهم من ذلك كله ؛ أنك سوف تشعر بالسكينة التى سوف تشيع داخل نفسك عندما تتخلص من فكرة الموت والفناء . لقد تأثرت كثيرا بقصص عظماء الأساتذة الروحانيين ممن يعيشون على ظهر كوكب الأرض بلا أى خوف ، وفى سعادة غامرة . لقد تخلصوا من أى شك وطردوا كل خوف ؛ وواجهوا اللانهائية وجهاً لوجه بثبات وشموخ . إليك الكلمات الأخيرة لبعض هؤلاء العظماء الذين طالما أعجبت بآرائهم :

الساعة التى طالما تمنيتها قد حانت الآن .

- " تيريزا أوف أفيلا "

يجب أن نعامل بعضنا البعض بمزيد من الإحسان .

- " ألدوس هوكسلى "

لو كان هذا هو الموت ، فأنا أراه أسهل من الحياة .

- " روبرت لويس ستيفنسون "

هذا هو آخر ما فى الأرض ! إننى سعيد .

- " جون كنسى آدمز "

سوف أسترد سمعى فى الجنة .

- " لودويج فان بيتهوفن "

النور ؛ النور ؛ هذا العالم بحاجة لمزيد من النور .

- " جوان وولف جانج فون جوته "

سوف أذهب إلى هذا البلد الذى طالما تمنيت أن أراه .

- " ويليام بليك "

إن الحياة هنا غاية فى الروعة .

- " توماس إديسون "

الله ؛ الله ؛ الله .

- " المهاتما غاندى "

لِمَ لا تكتب أنت أيضاً كلماتك الأخيرة الآن وتقدم على هذا التحول بأن تكون كائناً لا نهائياً ومازالت روحك تسكن جسدك ؟ عندما تفكر فى موعدك مع اللانهائية ؛ انظر إلى الطريقة التى يعيش بها معظمنا حياته . نحن نعلم أننا نحيا داخل جسد سوف يبلى ويموت ولكننا نتصرف وكأن هذا لن يحدث لنا . إن وجهة النظر هذه تنبع من الجانب الخامل السلبى للانهائية حيث نعجز عن رؤية اتصالنا بالعزيمة وقدرتنا على أن نبقى فى

حالة انسجام مع الروح المبدعة . دعنا نختبر الفروق الجوهرية بين الالتزام بموعدك مع اللانهائية الآن أو الالتزام به حين تموت . فى إحدى الحالات سوف تكون مع الجانب الإيجابى للانهائية وفى الحالة الثانية سوف تكون مع الجانب السلبى .

الجانب الإيجابى مقابل الجانب السلبى للانهائية

فى الجانب الإيجابى للانهائية ؛ سوف تكون مدركاً تماماً لكون هذا الجسد الذى تسكنه سوف يموت . كما أن معرفتك الداخلية سوف تتركز على أنك لست هذا الجسد أو عقله أو إنجازاته وفى هذا الجانب الإيجابى من اللانهائية ؛ سوف تبقى متشبثا بقوة بمقبض الحافلة كما سبق وشرحت فى بداية الكتاب ؛ سوف تكون متصلاً بالعزيمة ؛ وسوف تكون مراقباً لكل تجاربك الحسية . قد لا يبدو لك كل هذا على أنه شيء مهم ومع ذلك فإننى أؤكد لك أنك بما أن تتحول إلى الجانب الإيجابى للانهائية ؛ سوف تشرع فى ملاحظة أشياء خارقة تحدث فى حياتك اليومية . وفى هذا الجانب الإيجابى من اللانهائية ؛ سوف تكون فى الأساس روحاً لانهائية تعيش مؤقتا تجربة بشرية ، وسوف تعيش حياتك كلها وعلاقاتك كلها من وجهة النظر هذه . أما فى الجانب السلبى للانهائية ؛ فإن تجربتك الحياتية سوف تكون نقيض ذلك . هنا أنت فى الأساس كائن بشرى تعيش تجربة روحانية مؤقتة . سوف يسود حياتك الخوف من الموت ، والانفصال عن الآخرين ، وروح المنافسة والحاجة إلى الاستحواذ والفوز . إن هذا الجانب السلبى من اللانهائية سوف يفصلك عن قوة العزيمة .

إليك بعض الفروق التى تمكنت من التوصل إليها بين من يعيش على الجانب الإيجابى ومن يعيش على الجانب السلبى من اللانهائية ممن ينكر الطبيعة الأبدية ويتشبث بالجانب السلبى :

حس القدر . في الجانب الإيجابى من اللانهائية ؛ لم يعد اتصالك بالعزيمة خياراً ؛ وإنما سوف يتحول إلى نداء لابد أن تلبيه . إن الجانب السلبى من اللانهائية سوف يقودك إلى رؤية الحياة على أنها ضرب من الفوضى وانعدام الهدف والمعنى ، بينما الجانب الإيجابى سوف يحملك على تحقيق القدر الذى تشعر فى قرارة نفسك أنك قد خلقت من أجله .

عندما أسترجع ذكرياتى ؛ أدرك أن حسى بالقدر كان يوجهنى فى بداياتى . لقد أدركت منذ نعومة أظافرى أننى قادر على معايشة الوفرة الفياضة في حياتى . بينما كنت أجلس فى فصول المدرسة الثانوية والجامعة حيث كان يسيطر علىّ السأم والضجر بدرجة كبيرة من جراء هؤلاء المعلمين الذين كانوا يعكسون افتقادهم للشغف بالمادة التى يدرسونها من خلال محاضرات مملة ؛ كنت أحلم بأن أتحدث مع جمهور كبير . وعاهدت نفسى فى أيام شبابى أنى سوف أعيش هذا الشغف وأحققه وكنت أعلم بشكل أو بآخر أننى قد خلقت لهذا السبب . لقد شعرت دائما بأننى روح لانهائية تتنكر فى صور مختلفة ؛ صورة الزوج ، والأب ، والكاتب ، والمحاضر ، وصورة رجل أمريكى يبلغ طوله ستة أقدام . ولأننى أعيش على الجانب الإيجابى من اللانهائية ؛ فإننى أملك حس القدر الذى لن يسمح لى بأن أموت والنبض مازال يسرى بداخلى .

يمكنك أن تقدم على مثل هذا النوع من الخيارات ؛ فقط تخلص من فكرة كونك جسداً مقدراً له أن يموت ؛ وابحث بدلاً من ذلك عن ذاتك الخالدة. على الجانب الإيجابى من اللانهائية ؛ سوف تعثر على ذاتك العظيمة ؛ التى يشكل جسدك جزءاً ضئيلاً منها فقط . إننى أؤكد لك أن إدراكك لذاتك وصورتك اللانهائية ومن ثم النظر إلى نفسك باعتبارك كائناً لا يفنى ؛ سوف يحول اتصالك بالعزيمة وقدرتك على إظهار كل ما ترغب فيه فى إطار المصدر الكونى إلى واقع تعيشه . وليس هناك طريق آخر .

إن حسك بالقدر سوف يسمح لك بأن تدرك أنك تلعب لعبة الحياة هذه على الجانب الإيجابى من اللانهائية . قبل تولد حس القدر لديك كان هدفك هو ما كنت تريده من الحياة وما تريد أن تفعله . فى الجانب الإيجابى من اللانهائية ؛ سوف تدرك أنه قد حان وقت تطبيق وفعل ما

قدر لك أن تفعله . سوف تشعر عندها أن تمنى حدوث الأشياء وظهور الأشخاص المناسبين والحظ السعيد الذى سوف يحقق لك ما تسعى إليه ليس هو الصواب . إن حسك بالقدر سوف يسمح لك بأن تدرك بأنك خالد مما يعنى أنك وجدت هنا من روح العزيمة اللانهائية لكى تحقق قدراً يجب أن تسعى لتحقيقه . سوف تشرع فى تحديد أهدافك بلغة العزيمة ؛ وسوف تكون مدركاً لكونها سوف تتحقق . سوف تستعين بقوة العزيمة لكى تبقيك فى مسارك الصحيح . إنها لن تخذلك أبداً لأن اللانهائية لا تعرف الفشل .

وقد عبر شاعر القرن الثالث عشر عن معنى القدر بالسطور التالية :

لقد ولدت وأنت تحمل إمكانيات
ولدت بالخير والثقة
ولدت بالمثل والأحلام
ولدت بالعظمة
ولدت بجناحين
أنت لم تولد لكى تحبو فلا تفعل ذلك
أنت تملك جناحين
تعلم كيف تستخدمهما وحلق فى الآفاق

- " رومى "

لو كان " رومى " قد كتب شعره من الجانب السلبى من اللانهائية لكانت كلماته قد جاءت كما يلى :

أنت مصادفة وقعت فى الطبيعة
أنت رهن قواعد الحظ والصدف
يمكن أن يطاح بك بسهولة
أحلامك ليس لها معنى
لقد خلقت لكى تحيا حياة عادية
أنت لا تملك جناحين

فلا تفكر فى التحليق وابق متشبثا بالأرض

حس الإمكانية . لقد وجد الخلق على أساس الإمكانية الأزلية بمعنى أن أى شيء تفكر فيه يمكن أن يتحقق . فكر فى بعض المخترعات العظيمة العديدة ؛ التى نتعامل معها اليوم على أنها مسلمات . فكر فى الطائرة ، المصابيح الكهربائية ، والهاتف ، والتلفاز ، وجهاز الفاكس ، والحاسب الآلى . كلها جاءت نتيجة أفكار مبدعة خلاقة لأشخاص تجاهلوا كل السخافات وبقوا مركزين على إمكانية التحقيق بدلاً من استحالة التحقيق . بعبارة أخرى ؛ يمكن القول بأن حس الإمكانية سوف ينمو فى تربة الجانب الإيجابى الخصبة للانهائية .

إننى أحمل فى جعبتى فى هذا الصدد قصصاً رائعة لأربعة أطفال رفضوا أن يقبلوا كلمة مستحيل من أعماق قلوبهم :

ولد " إيدى " بلا يدين أو قدمين . وفى الخامسة من عمره ؛ سافر إلى جنوب أفريقيا وشاهد أحد الجبال وأراد أن يتسلقه . فتسلقه فى ثلاث ساعات . وفى الثالثة عشرة من عمره ؛ قرر أن يعزف على آلة الترومبون (وهى آلة تشبه البوق) . فلم يكن يرى أن هناك سبباً يمكن أن يمنعه من أن يحقق أى هدف يرغب فى تحقيقه . إنه يعيش على الجانب الإيجابى من اللانهائية ؛ إنه ينظر إلى العالم على أنه عالم لانهائى الإمكانات .

" آبى " كانت فى حالة صحية متردية وكانت بحاجة إلى زرع قلب . وعندما رأت أمها تبكى ؛ قالت لها " أمى ؛ لا تبكى ؛ سوف أكون فى حال أفضل " . وما إن دقت الساعة الحادية عشرة مساء إلا وكان الأطباء قد عثروا لها على قلب مناسب وتحسنت حالتها بعدها. لقد نبعت عزيمة " آبى " من العالم لانهائى الإمكانات . إنه الجانب الإيجابى للانهائية الذى تتجلى فيه العزيمة .

" ستيفانى " كانت فى الخامسة من عمرها وأصيبت بمرض الالتهاب السحائى ؛ وكان عليها أن تخضع لعملية بتر لساقيها . واليوم هى فى الثانية عشرة من عمرها ، وهى تركب دراجتها ولديها أحلام تفوق كل من فى مثل سنها ممن يملكون أوصالاً . وشعارها الشخصى هو " ابذل قصارى جهدك " .

بعد إجراء جراحتين خطيرتين في القلب ؛ أخبر الأطباء أهل " فرانكي " الصغيرة أنه ليس بوسعهم فعل المزيد . كانت " فرانكي " تعيش بفضل الأجهزة المساعدة للحياة . عندما نصح الأطباء أهلها بالتخلي عن هذه الأجهزة لأن " فرانكي " لن تحيا بحال وبأنها تتألم فحسب ؛ وافق الأهل في نهاية المطاف . ولكن " فرانكي " عاشت . لقد كانت على نحو ما تعيش على الجانب الإيجابي من عالم الإمكانات اللانهائية . ولعل السطور التي دونتها أسفل صورتها تكشف عن هذا المعنى : " **هل كنتم تظنون أنه يمكنكم التخلص مني بهذه السهولة ؟** "

إن قوة العزيمة تتطلب البقاء على الجانب الإيجابي من الإمكانات اللانهائية . وقد عبر " جورج برنارد شو " الذي واصل إبداعه حتى التسعين من عمره ؛ عن هذا المعنى بقوله : " أنت تنظر إلى الأشياء كما هي وتقول لماذا ؟ أما أنا فإنني أحلم بأشياء لم تكن موجودة بالفعل وأقول ولِمَ لا ؟ " . فكر في هذه الكلمات وأنت على الجانب الإيجابي من اللانهائية وانظر إلى الإمكانات اللانهائية المطروحة أمامك .

حس الرعب . يجب أن تعترف أن مفهوم اللانهائية يثير الرعب . فليس هناك بداية . وليس هناك نهاية . في كل مكان في آن واحد ، ليس هناك زمان . التواجد الخالص في الزمان والمكان الراهن . حقيقة كونك جزءاً من هذا الكون اللانهائي وأنك قد اندمجت مع النهائية هي أمر محير للعقل . أمر يفوق الوصف . إن الجانب النشط من اللانهائية يوحي بالرعب وعندما تكون في حالة رعب ؛ سوف تكون في حالة امتنان دائم . ربما أضمن وسيلة للسعادة والإنجاز في الحياة هي أن تحمد الله وتشكره على كل ما يحدث لك . وعندها عندما تقع أية مصيبة أو كارثة فيجب أن تكون واثقاً من أنك سوف تكتشف أنها نعمة .

وفي الجانب السلبي للانهائية ؛ سوف تنظر إلى نفسك باعتبار أن وجودك في هذه الدنيا أمر مؤقت وبالتالي فإنك لست ملتزماً بأي نوع من الالتزام تجاه الكون أو الأرض أو سكان هذه الأرض . إن إنكارك لطبيعتك اللانهائية ؛ سوف يجعلك تمر بكل المعجزات التي تشهدها يومياً مرور

الكرام . أما عندما تتعرف على طبيعتك الأبدية فسوف تتغير وجهة نظرك كلية . سوف تكون فى حالة امتنان متواصل لكل ما يظهر فى حياتك . إن هذه الحالة هى سر إنجازك لكل نواياك وعزمك الشخصى البشرى وبدون هذه الحالة ؛ سوف تضيع كل جهودك المضنية سدى .

إن بقاءك فى حالة امتنان سوف يخلق بالفعل ما يشبه المغناطيس وبالطبع سوف يعمل هذا المغناطيس على اجتذاب الأشياء نحوه . إن عرفانك بالجميل لكل ما تملكه الآن وكل التحديات التى تفرض عليك أيضا سوف يجعل المزيد من الخير يتدفق فى حياتك من خلال هذا المغناطيس . إن كل شخص ناجح أعرفه يشعر بالامتنان لكل شيء يملكه . هذه هى الكيفية التى تعمل بها اللانهائية النشطة . إن حسك بالخشية من عظمة كل المعجزات التى تشاهدها من حولك هو ما سوف يسمح لك بأن تفكر وترى وترفل فى ظل كل هذه المعجزات . وفى المقابل ؛ فإن حالة عدم الامتنان سوف تتصدى للتدفق اللانهائى للوفرة الفياضة والصحة . إنه باب قد أغلق .

حس التواضع أو الخشوع . يولد الجانب الإيجابى من اللانهائية حس التواضع . عندما يلج التواضع داخل نفسك ؛ سوف تدرك أنك لست وحيداً فى هذا العالم ؛ لأنك سوف تشعر بخفقان قوة العزيمة التى تكمن فى كل منا . وهناك حكمة قديمة تقول حتى إن كنت مثالياً ؛ فإنك سوف تفشل إن لم تتسم بالتواضع . فعندما تتحد مع الجانب الإيجابى للانهائية ، سوف تجد نفسك تنظر إلى شيء هائل عظيم سوف تتضاءل أمامه الأنا الصغيرة الخاصة بك . سوف تجد نفسك فى حالة مراقبة للأبدية وسوف تبدو لك حياتك الصغيرة ضئيلة مقارنة بهذه الأبدية .

أحد الأسباب التى تقف وراء الزيادة الكبيرة فى معدلات الإصابة بالاكتئاب والقلق فى الحياة المعاصرة هو العجز عن رؤية أنفسنا فى حالة اتصال مع شيء أعظم وأكثر أهمية من الأنا السقيمة . إن الشباب الذين يركزون جل اهتمامهم على ممتلكاتهم ومظهرهم وسمعتهم بين أصدقائهم – أى باختصار على الأنا الخاصة بهم ـ لا يملكون سوى حس ضئيل

بالتواضع. عندما يكون الشيء الوحيد الذى يمكنك أن تفكر فيه هو نفسك ومظهرك أمام الآخرين ؛ فسوف تبعد نفسك عن قوة العزيمة . إن كنت تريد أن تشعر بالاتصال مع هدفك ؛ يجب أن تستوعب جيداً العبارة التالية : " **لن تعثر على هدفك أبداً إلا عندما تخدم الآخرين وتتواصل مع شيء أعظم كثيراً من جسدك وعقلك والأنا الخاصة بك** " .

وطالما أخبرت الشباب الذين كانوا يأتون طلباً لاستشارتى أن سعيهم المستميت لاجتذاب القبول من جانب الزملاء لن يعود عليهم إلا بمزيد من عدم القبول لأنه لا أحد يرحب بمن يستجدى القبول . إن الشخص الأكثر قبولاً هو الشخص الذى لا يعبأ بالقبول . مما يعنى أنك إن كنت بحق تسعى لطلب القبول ؛ كف عن التفكير فى نفسك وركز على توسيع نطاق دائرتك وساعد الآخرين . إن الجانب الإيجابى للانهائية هو ما يجعلك متواضعاً . أما الجانب السلبى للانهائية فهو ما سوف يبقيك مركزاً على نفسك ؛ نفسك ؛ نفسك وسوف يتحول فى النهاية إلى حجر عثرة فى طريق اتصالك بالعزيمة .

وقد أطلق " ويلهيلم ستيكل " تعليقاً بارزاً على أهمية التواضع (أشار إليه " دجى دى سلينجر " فى كتابه Catcher in the Rye) . كتب " ستيكل " يقول " إن سمة الرجل غير الناضج هى أنه يريد أن يموت بنبل من أجل قضية ما ، بينما سمة الرجل الناضج هى أنه يريد أن يعيش فى تواضع من أجل قضية ما " .

حس الكرم والسخاء . إن سألت الشمس " لِمَ تمنحينا الضوء والحرارة ؟ " لأجابت قائلة " لأن هذه هى طبيعتى " . يجب أن نكون مثل الشمس ؛ يجب أن نعثر ونضع أيدينا على هذه الطبيعة المعطاءة داخل أنفسنا . فعندما تكون على الجانب النشط من اللانهائية فسوف يكون العطاء من سماتك .

كلما أعطيت ؛ مهما كان ما تعطيه صغيراً ؛ فُتح باب الحياة من أجلك لكى تغترف منه . إن هذا لن يعوض فقط عن المنحة التى أعطيتها وإنما سوف يزيد من رغبتك فى العطاء وبالتالى قدرتك على التلقى أيضاً . وعندما

تكون على الجانب السلبى من اللانهائية سوف تنظر إلى الحياة فى إطار النقص وسوف يصبح التقتير إحدى سمات حياتك . وإن فكرت على هذا النحو فسوف تفقد سخاءك وميلك إلى تحقيق عزمك ونواياك . إن لم يكن بوسعك أن ترى الكون اللانهائى فسوف تميل إلى التقتير والشح . إن قوة العزيمة على النقيض سوف تعتريك عندما تكون على استعداد لأن تمنح الآخرين . إن العزيمة هى مجال طاقة ينبع من مدد لانهائى . ما الذى يمكن أن تعطيه إن لم يكن لديك مال تعطيه ؟ لكم أحب نصيحة " سوامى سيفاندا " وإننى أحثك على التفكر فيها هنا . فكل ما يوصى به هو شيء تملكه أنت بلا حدود .

إن أفضل شيء تمنحه
لعدوك هو العفو
ولمنافسك التسامح
ولصديقك ؛ قلبك
ولابنك ؛ القدوة الحسنة
ولوالدك ؛ الإجلال
ولوالدتك ؛ السلوك الذى يجعلها تفخر بك
ولنفسك ؛ الاحترام
ولكل بنى البشر ؛ الإحسان

ليكن العطاء هو سمتك فى الحياة . فهو فى نهاية الأمر ما يفعله المصدر والطبيعة بشكل دائم أبدى . لقد سمعت من قبل عن الطبيعة أن الشجرة تنحنى إلى أسفل لكى تجود بثمارها ؛ وأن السحب تمن علينا بمطرها ، وأن الرجل النبيل يجب أن ينحنى فى تبجيل . وهذا هو سلوك الكرام .

حس المعرفة . لا يوجد شك فى لا نهائية مصدر العزيمة . إن هذا المصدر يملك المعرفة وبالتالى يتصرف وفق هذه المعرفة . هذا هو ما سوف يحدث لك عندما تعيش وفق الجانب الإيجابى من اللانهائية . سوف تتبدد كل الشكوك من قلبك إلى الأبد . وبصفتك كائناً لانهائياً يعيش فى شكل

بشرى مؤقت ؛ فسوف تتعرف على نفسك بشكل أساسى بناءً على هذه الطبيعة الروحية .

إن حس المعرفة هذا الذى ينبع من الجانب الإيجابى للانهائية يعنى أنك لن تفكر بعد اليوم فى إطار الحدود . أنت المصدر . والمصدر غير محدود . إنه لا يعرف الحدود والقيود ؛ إنه فى حالة توسع لانهائى مستمر وفى حالة عطاء فياض لانهائى . وينبغى أن تجعل عطاءك غير محدود . إن التخلص من الشك هو قرار سوف تتخذه لكى تستعيد تواصلك مع ذاتك الأصلية . هذه هى سمة الشخص الذى يعيش حياته معتمداً على نفسه ؛ إن تفكيره لا يقف عند حد ؛ كما أنه يفكر بطرق لانهائية . من بين سمات اللانهائية فى التفكير قدرتك على التفكير والتصرف كما لو كان كل ما تريده قد تحقق بالفعل . هذا هو أحد أسرارى العشرة للنجاح والسلام الداخلى التى طرحتها فى الكتاب الذى يحمل نفس العنوان . إن قوة العزيمة هى قوة داحضة للشك مما يعنى أن تواصلك معها سوف يعمل على تغذية حس المعرفة لديك ؛ سوف ترى ما تود الحصول عليه وكأنك قد حصلت عليه بالفعل ؛ لن يكون هناك رأى مضاد من أى نوع .

إليك وصيتى لكى تصل إلى قوة العزيمة ؛ ابق على الجانب النشط للانهائية حيث تكمن كل طاقة الخلق الأزلية . احلم فى كل يوم وكل ليلة بما أنت عازم على فعله ، وما أنت عازم على أن تكون عليه ؛ وسوف تفسر هذه الأحلام عزمك . لا تدع الشك يقتحم أحلامك ونواياك وعزمك . إن الحالمين هم منقذو هذا العالم . وكما يتجلى العالم المرئى من خلال العالم غير المرئى فإن التجليات البشرية تتغذى على أحلام ورؤى الحالمين ، فكن أحد هؤلاء .

حس الحب والتعلق . لقد منحنا اليونانيون إحدى أجمل الكلمات فى اللغة الإنجليزية ، إنها كلمة enthusiasm أى الحماس ، إنها الكلمة التى تعنى أن " الله فى قبلك " وفى داخل الروح المحبة التى تتوق إلى التعبير عن نفسها . إنها الروح التى تحثك على الوصول إلى هذا الحس العميق لما خلقت من أجله . يمكن قياس كل أفعالنا بمقياس الإلهام الذى نبعت منه

هذه الأفعال . فعندما تعكس أفعالك أوجه العزيمة السبعة فهذا يعني أنها أفعال تُمليها عليك روحك وضميرك الحي . هذا هو الحماس . عندما تتواصل مع قوة العزيمة ؛ فسوف تستشعر ما خلقت من أجله وسوف تشعر به وتعيشه .

إن جمال الشعور بالمحبة والحماس هو الشعور العظيم بالسعادة والبشر الذي يصاحبهما . ليس هناك ما يسعدني أكثر من أن أجلس هنا وأكتب إليك من أعماق قلبي . إنني أسمح بحماس لكل هذه الأمور بأن تتدفق من خلالي من مصدر كل النوايا ؛ من العقل الكوني المبدع . بعبارة أكثر بساطة ، أشعر بأنني في حالة جيدة ؛ أشعر بأنني في مزاج طيب ؛ كما أن إلهامي يشيع في نفسي الشعور بالسعادة . إن كنت تريد أن تشعر بأنك في حالة جيدة ؛ انظر إلى المرآة ؛ وخاطب صورتك قائلا : " أنا أبدى ؛ هذه الصورة سوف تخفت ؛ ولكنني أبدى . أنا أملك شكلاً مؤقتاً لسبب ما . سوف أحب وأعشق كل ما سوف أفعله " . ثم لاحظ كيفية تحول شعورك بينما تحدق إلى صورتك . إن الإحساس بالبهجة والإقبال على الحياة هو إحدى العجائب التي سوف تجنيها من وراء الحماس . وهو ما سوف تحصل عليه إن بقيت على الجانب الإيجابي للانهائية حيث لن تجد أبداً ما يمكن أن يثير الضيق في نفسك .

حس الانتماء . في عالم يدوم إلى الأبد؛ يجب بكل تأكيد أن تشعر بالانتماء ! إن الجانب الإيجابي من اللانهائية سوف يوحي لك ليس فقط بحس الانتماء وإنما أيضاً بشعور قوي بالتواصل مع كل شخص وكل شيء في الكون . سوف يستحيل عليك ألا تشعر بالانتماء ؛ لأن وجودك هنا هو دليل على أن الله قد أراد لك الوجود . ومع ذلك فعندما تعيش على الجانب السلبي من اللانهائية ؛ سوف يعتريك حس العزلة والانفصال عن الآخرين . إن فكرتك بأن كل هذا مؤقت وبأنك لست تجسيداً لأحد مظاهر المثالية اللانهائية الربانية سوف تقودك إلى التشكك في ذاتك والقلق ورفض الذات والاكتئاب والكثير من الطاقات المنخفضة الأخرى التي تحدثت عنها في الكتاب . إن كل ما يتطلبه الأمر منك هو أن تنتقل إلى عالم الوعي اللانهائي

لكى تتخلص من هـذه المشـاعر البائسـة . وقـد عـبر " سـيفاندا " عـن ذلـك بالسطور التالية :

الحياة واحدة . العالم بيت واحد
كلنا أعضاء فى الأسرة البشرية
الخلق بأسره هو كل عضوى
كلا إن المرء منفصل عن هذا الكل
إنه يتعس نفسه بانفصاله
عن الآخرين . الانفصال هو الموت
وفى الاتحاد تجد الحياة الأبدية

* * *

وبهذا أكون قد لخصت كـل أفكـارى عـن الجـانبين الإيجـابى والسـلبى للانهائية . إننـى أحثـك علـى أن تـذكر نفسـك كـل يـوم ؛ وكلمـا أمكـن ؛ بطبيعتك اللانهائية . قد يبدو لك ذلك على أنه نقلة ثقافية فحسـب ليسـت لها أية نتائج ذات أهمية ولكننـى أؤكـد لـك أن التـزام الجانـب النشـط مـن اللانهائية وتذكير نفسك بذلك بشكل دائم سوف يضعك فى موضع يسمح لك بتحقيق كل رغباتك . من بين كل العبارات المقتبسـة التـى قرأتهـا فـى هـذا الصدد ؛ أود أن أذكر السطور التالية " لويليام بليك " : " لو كانـت أبـواب الخيـال طـاهرة ، فسـوف يـرى الإنسـان الأشـياء علـى حقيقتهـا : خالدة " . تذكر أنك تسعى لتطهير وتنقية الصلة التى تربطك بالعزيمة .

خمسة مقترحات لتطبيق الأفكار المطروحة فى هذا الفصل

١. بما أنك تعرف بالفعل أن لديك موعداً مع اللانهائية ؛ وأنك سوف تكون مطالباً فى نهاية المطاف بمغادرة هذا العالم المادى ؛ اتخذ قـراراً بـأن تفعـل ذلـك فـى

أسرع وقت ممكن ؛ بدلاً من أن ترجئ القرار . إن اليوم ، واللحظة الراهنة هى فى الواقع أعظم توقيت للالتزام بهذا الموعد لكى تتخطى هذا الأمر نهائياً . فقط قل لنفسك : " أنا لست هذا الجسد والعقل ؛ إننى أرفض ذلك من الآن فصاعداً . أنا لانهائى . أنا شخص متصل بالبشرية. أنا شخص متصل بالمصدر وهذه هى الطريقة التى قررت أن أنظر بها إلى نفسى من الآن فصاعداً " .

٢. كرر هذا على نفسك يومياً وذكر نفسك بأن الله لا يمكن أن يخلق شيئاً فانياً ؛ فقل لنفسك : " سوف أعيش للأبد . إن طبيعتى الأصيلة أبدية مثل أبدية الحب . لن أخاف ثانية ؛ لأننى باق إلى الأبد " . إن هذا التأكيد الداخلى سوف يضعك على الجانب النشط من اللانهائية وسوف يمحو كل شكوكك بشأن حقيقة الهوية العليا .

٣. وأنت فى حالة تأمل ؛ تفكر فى الاختيارين المتاحين بشأن مفهوم الأبدية أو اللانهائية . أنت بأصدق تعبير كما سبق وذكرت ، إما كائن بشرى تعيش تجربة روحية مؤقتة ، وإما أنك روح أبدية تعيش تجربة بشرية مؤقتة . أى من هذين الاختيارين يمنحك شعوراً بالحب ؟ وأيهما يبدد خوفك . والآن ؛ بما أن الحب هو طبيعتنا الأصيلة ومصدر كل شيء ؛ فإن أى شيء يخلق الخوف لا يمكن أن يكون حقيقياً . وكما ترى ؛ فإن مشاعر الحب تصاحبك باعتبارك كائناً أبدياً . إذن يجب أن تعتمد على هذه المشاعر وتصدق أنها تقول الحقيقة . إن مكانك على الجانب النشط من اللانهائية سوف يضمن لك الشعور بالأمن والحب والتواصل الدائم مع العزيمة .

٤. فى أية لحظة تجد فيها نفسك مغرقاً فى أفكار منخفضة الطاقة متمثلة فى الخوف أو اليأس أو القلق أو الحزن أو التوتر أو الذنب أو أى شعور من هذه المشاعر ؛ توقف لوهلة وفكر إن كان هذا يحمل أى حس من الجانب الإيجابى للانهائية . إن معرفتك لكونك موجوداً إلى الأبد وبأنك سوف تبقى دائماً فى حالة تواصل مع المصدر سوف يمنحك نظرة خارجية جديدة كلية . فى سياق اللانهائية ؛ يعتبر قضاء أى لحظة من لحظات حياتك من دون مشاعر الحب والتقدير تعتبر مضيعة لطاقة الحياة . يمكنك بسرعة أن تذيب هذه الطاقات

المنخفضة وأن تتصل فى نفس الوقت بقوة العزيمة بتنظيف عدسات رؤيتك ورؤية كل شيء على حقيقته أى على أنه لانهائى ؛ كما ذكر " ويليام بليك " .

٥. فكر لدقائق فى الأشخاص الذين رحلوا والذين كانت تربطك بهم علاقات وثيقة وحب بالغ . إن إدراكك لكونك لانهائياً والتزامك بالجانب الإيجابى من اللانهائية سوف يسمح لك باستشعار وجود هذه الأرواح التى لا يمكن أن تموت والتى لم تمت بالفعل . فى كتاب " جون أودونوهو " عن الحكمة السلتية التى تسمى " أنام كارا " ؛ كتب " أودونوهو " هذه السطور التى لا أتفق معه فقط على أنها صحيحة وإنما التى أعلم يقينا أنها صادقة لأننى عشتها من خلال تجربتى الشخصية :

> " أعتقد أن أصدقاءنا الذين توفوا مازالوا يهتمون بأمرنا ويعتنون بنا .... قد نملك القدرة على التواصل بشكل خلاق مع أصدقائنا فى العالم غير المرئى . لا يجب أن نحزن على من توفى . لِمَ نحزن عليهم ؟ لقد أصبحوا الآن فى مكان لا يعرف الظل والظلام والوحدة والعزلة والألم . لقد عادوا إلى ديارهم . لقد عادوا إلى الله البارئ الذى خلقهم " .

لا يمكنك فقط أن تتواصل وتستشعر وجود من توفوا وإنما يمكنك أيضاً أن تموت وأنت حى وأن تحرر نفسك من الظل والظلام بأن تعيش على الجانب الإيجابى من اللانهائية .

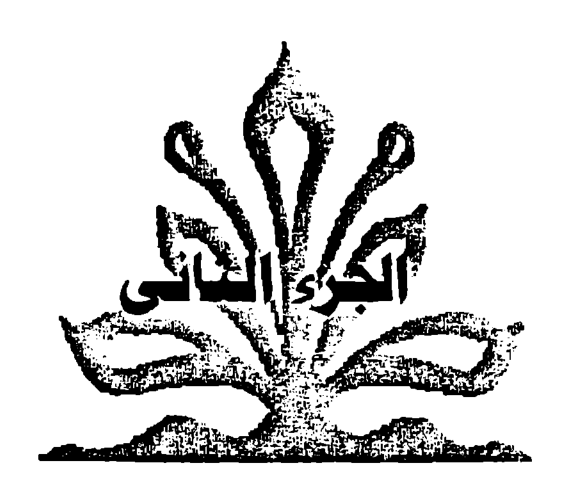
* * *

هنا نأتى إلى نهاية الجزء الأول من كتابنا . والجزء الثانى من الكتاب هو عبارة عن سلسلة من الفصول التى تصف كيف تفعّل أو تطبق هذا الاتصال الجديد بالعزيمة من خلال عدة طرق فى حياتك . وكما طلبت منك فى الجزء الأول ؛ واصل القراءة بعقل مفتوح ليس فقط لكى تتمكن من تحقيق كل ما

تصبو إليه ، وإنما أيضاً لكى تدرك حقيقة مهمة وتعتنقها وهى أن بقاءك على الجانب الإيجابى من اللانهائية سوف يسمح بتحقيق كل شيء .

والآن ؛ أخبرنى كيف حالك !

***



تفعيل العزيمة

" نحن بالفعل واحد ولكننا نتوهم أننا لسنا كذلك .
إن ما يجب أن نعثر عليه هو هذه الوحدة الأصلية التى تجمعنا .
إن ما يجب أن نكون عليه هو ما نحن عليه بالفعل " .

ـ " توماس ميرتون "



الفصل السابع

إن عزمى هو :
أن أحترم نفسى
فى كل الأوقات

" لا يمكن أن يشعر المرء بالراحة ما لم يرض عن نفسه "

- " مارك توين "

إليك حقيقة بسيطة سوف نستهل بها هذا الفصل : أنت لم تنبع من جزيء مادى كما هو شائع ومتداول . إن هذه النبتة التى نشأت منها والتى هى ثمار اجتماع أبيك بأمك ليست هى بدايتك . فأنت بلا بداية . لقد نشأت من هذا الجزيء من مجال الطاقة الكونية للعزيمة ؛ شأنك شأن كل الجزيئات . أنت جزء من العقل الكونى ويجب أن تكون قادراً على رؤية القدرة الإلهية بداخلك ؛ يجب أن تنظر إلى نفسك بصفتك مخلوقاً روحياً لكى تتواصل مع طاقة العزيمة فى الحياة .

فكر فى هذه الفكرة جيداً فى هذه اللحظة بينما تقرأ هذه الكلمات . راقب عظمة ما تقرؤه . أنت جزء من القدرة الإلهية . أنت مخلوق حى يتنفس ؛ مخلوق نبع من العقل الكونى للمصدر الخالق . أنت نفحة من

الله . أنت ببساطة عندما تحب نفسك وتثق بها سوف تحب الحكمة التى خلقتك وتثق بها ؛ أما عندما تعجز عن حب نفسك والوثوق بها ؛ فسوف تكون ناكراً لهذه الحكمة اللانهائية التي أوجدتك لصالح الأنا الخاصة بك .
أنت تملك الخيار ؛ إما أن تكون ضيفاً على الله وإما أن تبقى أسير الأنا الخاصة بك .

هل أنت ضيف أم أسير ؟

إن الأنا الخاصة بك تمثل مجموعة من المعتقدات التى سبق وأشرت إليها فى وقت مبكر من هذا الكتاب ، فهى التى تعرفك بمقدار ما حققته من إنجازات مادية . إن الأنا هى المسئول الوحيد عن مشاعر التشكك ونكران الذات . عندما تسعى للعيش وفق المعايير منخفضة المستوى للأنا فسوف تسقط أسيراً لها . وسوف تقيِّم نفسك كشخص بناءً على ممتلكاتك وإنجازاتك . مما يعنى أنه كلما قلّت ممتلكاتك ؛ قلّ تقديرك لذاتك مما يدفعك إلى النظر إليها على أنها غير جديرة بالاحترام من قبل الآخرين . وإن لم تحظ باحترام الآخرين وبقيت قيمتك معلقة بهذا الاحترام فسوف يستحيل عليك أن تنظر إلى نفسك بعين الاحترام أى أن تحترم ذاتك . وهكذا سوف تصبح أسير طاقة الأنا المنخفضة التى سوف تدفعك دائماً إلى بذل الجهد لكى تحظى باحترام ذاتك من خلال الآخرين .

إن الأنا الخاصة بك تعتقد أنك منفصل عن الجميع ؛ منفصل عن كل ما هو ناقص فى حياتك ؛ ولكن الطامة الكبرى هى أنها تعتقد أنك غير متصل بالله . كما أنها سوف تعوق قدرتك على بلوغ العزيمة واحترام الذات . إن مشاعر الانفصال التى تولدها الأنا هى التى تغذى شعورك بالتنافس مع الغير وتقديرك لقيمتك بناءً على مستوى ما تحققه من انتصارات . أنت إن بقيت أسير الأنا ؛ فسوف تفقد احترامك لذاتك لأنك سوف تدين نفسك على كل فشل. إن هذه الصورة القاتمة ـ التى تفرزها الأنا السلبية ـ هى سبب رفضك لذاتك . إنها تستحوذ عليك وتأسرك وتمنعك دائماً من أن تكون ضيفاً للمصدر الذى نبعت منه .

إن كونك ضيفا على الله يعنى رؤية الرابطة الحقيقية التى تصلك بالمصدر ؛ إنه إدراكك بأنه يستحيل عليك أن تنفصل عن المصدر الذى نبعت منه . أنا شخصياً أستمتع بكونى ضيفا على الله . بينما أكتب، هنا فى صباح كل يوم ؛ أشعر بأننى أتلقى الكلمات والأفكار من قوة العزيمة التى تسمح لى بتدوين كلماتى هذه على الورق . إننى أثق فى قدرة المصدر على إمدادى بألكلمات وبالتالى فإننى أثق فى المصدر الذى جاء بى إلى هذا العالم المادى . إننى متصل اتصالاً أبديا بهذا المصدر .

إن هذا الإدراك ببساطة لا ينتقص إطلاقا من خروج هذا الكتاب إلى النور . إن النتيجة التى خلصت إليها هى أننى أستحق هذا العزيمة الذى دفعنى إلى تأليف الكتاب ونشره إلى أن أصبحتَ اليوم تحمله بين يديك . بعبارة أخرى ؛ إننى أحترم كونى مخلوقاً روحانياً ؛ إننى أتواصل مع طاقة العزيمة ومشاعر الاحترام لكى أضاعف من احترامى لذاتى .

إذن ؛ أنت بحبك واحترامك لذاتك ؛ سوف تستعين بالقدرة الإلهية وسوف تستدعى طاقة الخلق فى حياتك اليومية بينما تتواصل مع طاقة العزيمة واحترامك لذاتك .

طاقة العزيمة واحترامك لذاتك . إن لم تكن مؤمناً بأنك تستحق أن تحقق عزيمتك فى الصحة ، والثروة والعلاقات المبنية على الحب ؛ فأنت بذلك تخلق عائقا سوف يحول دون تدفق طاقة الخلق فى حياتك اليومية . تذكر أن كل شيء فى الكون هو عبارة عن طاقة تتحرك بترددات مختلفة متنوعة . كلما زاد التوتر والتذبذب ؛ ازددت اقترابا من الطاقة الروحية . وكلما قل التردد والتذبذب ؛ زادت أوجه القصور والمشاكل . إن العزيمة هى مجال طاقة متوحد يأتى بكل شيء إلى الوجود . إن مجال هذه الطاقة هو أصل القوانين الطبيعية والمجال الداخلى لكل كائن بشري. إنه مجال كل الاحتمالات ؛ إنه مجالك أنت ؛ لمجرد أنك شرفت بالوجود أو بالمجيء إلى هذا الوجود .

إن اعتقادك بأنك غير متصل بالعزيمة هو الوسيلة الوحيدة التى سوف تحول دون تواصلك مع طاقة العزيمة اللانهائية . إن كنت تعتقد بأنك لا

تستحق الاستمتاع بمجال الاحتمالات فسوف تشع منك هذه الطاقة المنخفضة . وسوف تتحول هذه الطاقة بدورها إلى نمط طاقة جاذب ؛ يبعث برسائل إلى كل الكون بأنك غير جدير باستقبال الوفرة الفياضة للروح الخالقة . وسرعان ما سوف تسقط فريسة لعدم احترامك لذاتك . وسوف تنظر إلى نفسك على أنك منفصل عن كل احتمالات تلقى واستقبال دعم الحب الفياض من طاقة العزيمة ، ومن ثم سوف تتصدى لتدفق هذه الطاقة فى حياتك . لماذا ؟ لأنك تنظر إلى نفسك على أنك شخص غير جدير ؟ إن هذا الافتقار إلى الاحترام وحده يعتبر كافيا لإعاقة وصول العزيمة إلى حياتك .

إن قانون الجاذبية سوف يجتذب المزيد من عدم الاحترام عندما تؤكد له أنك غير جدير بالاحترام . ابعث برسائل إلى المانح بأنك غير كفء وعديم القيمة ؛ وسوف تكون وكأنما تقول فعليا لمصدر الكون الخالق : " كف عن إرسال أى شيء أريده ؛ لا تدعه يقع فى طريقى لأننى أومن بعدم استحقاقى لهذا العطاء " . وسوف يتجاوب معك مصدر الطاقة بإيقاف التدفق مما سوف يزيد ويضاعف لديك الشعور والقناعة الذاتية بعدم الاستحقاق ؛ مما سوف يجتذب بدوره المزيد من عدم الاحترام من خلال عدة طرق . سوف تفقد احترامك لجسدك مما سوف يدفعك إلى الإفراط فى تناول الطعام ، وسوف تؤذى جسدك بالمواد السامة . سوف تعكس عدم احترامك لذاتك من خلال الطريقة التى تقف بها وترتدى بها ثيابك ، ومن خلال عجزك عن ممارسة الرياضة والطريقة التى تتعامل بها مع الآخرين ...... وهكذا سوف يتواصل السلوك السلبى .

إن ترياقك الواقى من هذه الصورة المفزعة هو أن تعاهد نفسك بالالتزام باحترامك لذاتك وبأن تشعر بأنك مستحق لكل ما يقدمه ويمنحه لك الكون . إن كان هناك من يستحق النجاح والسعادة ، فإننا جميعا نستحق ذلك لأننا متصلون بالعزيمة . بعبارة أخرى ؛ يمكن القول ببساطة بأن عدم احترامك لذاتك ليس فقط عدم احترام لأحد أعظم مخلوقات الله ، وإنما هو عدم احترام وتبجيل للخالق الذى خلقك . فعندما لا تحترم المصدر فسوف يدفعك هذا الشعور إلى رفض هباته مما يعنى أنك سوف تفر من طاقة العزيمة

أو أنك سوف تدير ظهرك إليها . سوف يتصدى هذا لتدفق الطاقة التى سوف تسمح لك بتفعيل عزمك الشخصى . إن كل التفكير الإيجابى فى العالم لن يجدى معك إن كانت هذه الأفكار لا تنبع من احترامك لتواصلك مع العزيمة . يجب أن تحتفى بمصدر أفكارك وتحبه بمعنى أن تحظى بالاحترام الذاتى الذى يسير فى انسجام مع مصدر الذكاء كلى الوجود . ما هو مصدر أفكارك ؟ إنها كينونتك . إن كينونتك هى المكان الذى نبعت منه أفكارك وأفعالك . فعندما تفقد احترامك لكينونتك ؛ فسوف تفعل سلسلة من الاستجابات المعوقة للعزيمة .

إن احترام الذات يجب أن يكون من سماتك الشخصية ؛ كما هى الحال بالنسبة لكل حيوان فى مملكة الحيوانات . فلا يوجد حيوان من فصيلة الراكون مثلاً يرى أنه لا يستحق أى شيء مما يسعى للحصول عليه . فلو كان الأمر كذلك لكان الراكون مات بمنتهى البساطة لاقتناعه الداخلى بأنه لا يستحق الغذاء أو المأوى أو أى شيء آخر مما يحتاجه . فهو يعلم أنه كائن حى له احترامه لا يجد سبباً يحول دون رفضه وإنكاره لذاته وهو يعيش فى سياق نظام محكم . إن الكون يمده بكل ما يحتاج إليه وهو يجتذب كل هذا المدد فى عالمه .

إن الطريقة التى تنظر بها إلى نفسك هى الطريقة التى تنظر بها إلى العالم

كيف ترى العالم الذى تعيش فيه ؟ كيف تنظر إلى حقيقة الناس من حولك ؟ هل تؤمن بأن الشر سوف ينتصر على الخير ؟ هل ترى العالم مليئاً بالأنانية وحب الذات ؟ هل يمكن أن يشق الفتى الصغير الطريق الذى رسمه لنفسه ؟ هل المنظمات والهيئات الحكومية تعج بالفساد وفقدان المصداقية ؟ هل الحياة تفتقر إلى الإنصاف ؟ هل يستحيل عليك أن تمضى قدما فى حياتك إن لم تكن لديك اتصالات ؟

إن هذه النظرة تنبع من تقييمك لتفاعلك الشخصى مع الحياة . إن كانت أفكارك تعكس نظرة متشائمة للعالم ؛ فهذه هى الطريقة التى تنظر بها إلى

نفسك . أما إن كانت أفكارك تعكس نظرة متفائلة للعالم ؛ فهذا يعنى أن هذه هي الطريقة التي تنظر بها إلى الحياة . إن الطريقة التى تنظر بها بشكل عام إلى العالم هى مؤشر جيد لاحترامك للقدرات التى سوف تحقق رغباتك من خلال العزيمة . إن التشاؤم يوحى بشدة بأنك ترفض فكرة قدرتك على التواصل مع العزيمة لكى تساعدك على خلق واقعك السعيد .

أذكر أننى سمعت الحوار التالى عقب أحداث الحادى عشر من سبتمبر في نيويورك . سمعت جداً يتحدث مع حفيده ويقول له : " هناك ذئبان يعويان بداخلي . الذئب الأول مفعم بالغضب والكراهية والمرارة والرغبة الجارفة في الانتقام . أما الذئب الثانى فهو يفيض حبا وطيبة وتعاطفاً ولكن الأهم من ذلك أنه يفيض تسامحاً " .

فسأله الفتي : " وأى الذئبين سوف ينتصر على الآخر ؟ "

فأجابه الجد : " إنه الذئب الذى سوف أغذيه " .

هناك دائما طريقتان للنظر إلى مجريات عالمنا الذى نعيشه . يمكننا أن نشاهد فى هذا العالم الكراهية ، والأحكام ، المسبقة ، وسوء المعاملة ، والمجاعات ، والفقر ، والجريمة ، ونقرر بناءً على ذلك أننا نعيش عالماً رهيباً مرعباً ؛ يمكننا أن نغذى هذا الذئب الذى يعوى ونجتذب ونشاهد المزيد والمزيد من مظاهر الكراهية والحقد . ولكن هذا لن يعود علينا إلا بنفس الأشياء التى ننظر إليها على أنها شريرة وخبيثة . أو يمكننا بدلاً من ذلك ـ أن ننظر إلى العالم من خلال حب واحترام الذات ، وأن نلاحظ التقدم الذى حدث فى مجال التفرقة العنصرية ، وسقوط الكثير من النظم الديكتاتورية ، وانخفاض معدل الجريمة ، وانهيار الأنظمة الوحشية للتمييز العنصرى ، وزيادة نسبة الوعى العام بالبيئة ، ورغبة الكثيرين فى تخليص عالمنا من الأسلحة النووية ونزع أسلحة الدمار الشامل . يمكننا أن نذكر أنفسنا أنه مقابل كل تصرف شرير فى هذه العالم هناك مليون تصرف ينم عن الطيبة ؛ عندها سوف يكون بوسعنا أن نغذى الذئب الثانى الذى يعوى متطلعاً إلى الأمل لكل البشرية . إن كنت تنظر إلى نفسك باعتبارك مخلوقاً روحياً ؛ فهذا هو ما سوف تبحث عنه من خلال نظرتك إلى العالم ولن

يكون لحديث كل المتخاذلين والمعارضين أى صدى فى نفسك أو أى تأثير على احترامك لذاتك .

وعندما تنظر إلى العالم نظرة سوداء قاتمة ؛ فسوف تفقد قدرتك على تلقى المساعدة التي يمكن أن تحصل عليها لكى تعينك على تحقيق عزيمتك الشخصية . ما الذى يمكن أن يدفع الآخرين للمبادرة بمساعدتك إن كنت تنظر إليهم بعين الاحتقار ؟ ما الذى يدفع القوة الكونية إلى الانجذاب لمن يبتعد عنها ؟ كيف يمكن أن يعمل عالم فاسد كهذا على مساعدة شخص يملك عزماً نبيلاً ؟ إن الإجابة عن هذه الأسئلة تبدو واضحة . أنت تجتذب في حياتك ما تشعر به داخل نفسك ، فإن كنت تشعر بأنك غير جدير بالاحترام فسوف تجتذب عدم الاحترام . إن هذا الاحترام الذاتي الضعيف هو نتاج علاقة بالية متدنية تربطك بعالم العزيمة . يجب أن تنقى هذه العلاقة وتظهرها وهو ما يجب أن يحدث على مستوى عقلك .

لقد تعمدت اختيار احترام الذات فى الفصل الأول من الجزء الثانى لتطبيق العزيمة ؛ لأن الافتقار إلى الاعتزاز بالذات سوف يسد طريقك نحو العزيمة . وبدون هذا الاحترام الراقى المتدفق للذات ، سوف تعمل العزيمة على أكثر المستويات انخفاضا . إن المجال الكونى للعزيمة هو الحب والطيبة والجمال ؛ وهذا هو تجلى العزيمة فى العالم المادى ، وهذا هو ما تحمله العزيمة للعالم المادى بأسره . إن أى شخص يتطلع إلى محاكاة العقل الكونى المبدع يجب أن يكون منسجما مع قيم الحب والطيبة والجمال . إن كنت لا تُكن احتراماً لشخص أو لمخلوق ما من مخلوقات الله ؛ فهذا يعنى أنك لا تحترم القوة المبدعة . أنت أحد هذه المخلوقات ، وإن نظرت إلى نفسك بعدم احترام فسوف تبعد نفسك عن طاقة العزيمة ، أو على الأقل ستضعف اتصالك بها .

من الضرورى أن تدرك أن نظرتك الشاملة للعالم تقوم على مقدار الاحترام الذى تكنه لنفسك . يجب أن تؤمن بكل هذه الإمكانات ، وتثق بقدرتك على تفعيل إمكانياتك . راهن على قدرة كل البشر على العيش بسلام ، وكن مستقبلاً لكل شيء وسوف تحيا فى سلام وأنت تتقبل كل الإمكانات التى سوف تمنحها لك الحياة . يجب أن تدرك أن العالم زاخر بالوفرة الفياضة

والرخاء وبأنه متاح للجميع وبأن هذه الوفرة سوف تتجلى لك أنت أيضاً . إن نظرتك لذاتك يجب أن تنبع من معرفتك الذاتية لكونك تملك علاقة روحية . لا تدع أى شيء ينال من هذا الصرح الشاهق . بهذه الطريقة ؛ سوف تطهر وتنقى علاقتك بالعزيمة وسوف تدرك دائماً أن احترامك لذاتك هو خيار شخصي تتخذه أنت . إنه أمر لا علاقة له إطلاقاً برأى الآخرين فيك . إن احترامك لذاتك ينبع من ذاتك وذاتك وحدها .

الذات في احترام الذات . ربما يكون أكبر خطأ نقع فيه والذى يجعلنا نفقد احترامنا لأنفسنا هو تقديم رأى الآخرين على رأينا فى أنفسنا . إن احترام الذات يعنى تحديداً ما توحى به الكلمة . إنه ينبع من الذات . لقد نشأت هذه الذات فى مجال العزيمة الكونية التى جاءتك إلى هنا ونقلتك من الحالة التى لم تكن تملك فيها شكلاً إلى كائن مادى مكون من جزيئات . إن فشلت فى احترام ذاتك ؛ فهذا يعنى أنك لا تحترم الخلق نفسه .

لن يتوقف الناس عن إبداء آرائهم فيك وفى كل ما تقوم به . ولكنك إن سمحت لهذه الآراء أن تنال من احترامك لذاتك ؛ فهذا يعنى أنك تقدم احترام الآخرين على احترامك أنت لذاتك . وسوف تقلل بذلك من شأن نفسك . وسوف تسعى بعد ذلك لاستعادة التواصل مع مجال العزيمة من خلال الطاقات المنخفضة المتمثلة فى انتقاد الآخرين ، والعدوانية ، والقلق ، وسوف تحصر نفسك داخل تردد الطاقات المنخفضة فى حياتك . تذكر أن الطاقة المرتفعة هى التى تحيد وتحول الطاقة المنخفضة .

إن الضوء يبدد الظلام ، والحب يذيب الكراهية ، فإن سمحت لأى طاقة من الطاقات المنخفضة المرتبطة بمثل هذه الأفكار بأن تصبح أساساً لتصوراتك لذاتك فكأنما تطلب من العقل الكونى أن يفعل نفس الشيء . لماذا ؟ لأنه عند التردد المرتفع يكون المصدر الكونى للعزيمة عبارة عن إبداع نقي ، وحب وطيبة (وجمال) ووفرة فياضة . إن احترام الذات يجتذب الطاقة الأعلى ، كما أن الافتقار إلى احترام الذات يجتذب المزيد من التدنى فى احترام الذات . وليس هناك طريق آخر .

إن وجهات النظر السلبية للآخرين تمثل الطاقة المنخفضة للأنا بداخلهم . فبمنتهى البساطة عندما تنتقد أحد الأشخاص فأنت لا تحبه فى هذه اللحظة . كما أن الانتقادات التى تعترض طريقك هى الأخرى لا تنبع من الحب ولكنها ليست لها أية علاقة باحترامك لذاتك . إن الانتقادات التى يصدرها الآخرون (وكذلك الانتقادات التى تصدرها أنت) تباعد بينك وبين المصدر ، ومن ثم تباعد بينك وبين طاقة وقوة العزيمة ؛ وقد عبر عن ذلك زميلى وصديقى " جيرالد جامبولسكى " بقوله : " عندما أستطيع أن أقاوم الرغبة فى انتقاد الآخرين ؛ أراهم على أنهم رموز للتسامح فى حياتى . إنهم يذكروننى بأننى لا يمكن أن أحظى بالسلام والسكينة إلا عندما أعمد إلى المسامحة وليس الإدانة " .

هذه هى الطريقة التى تعود بها إلى الذات من خلال احترام الذات بدلا من انتقاد من ينتقدونك ومن ينالون من احترامك لذاتك ؛ أنت تبعث إليهم بنفحة تسامح صامتة مفعمة بالرضا وتتصور فى نفس الوقت أنهم يردون عليك بالمثل . أنت بذلك تتواصل مع العزيمة وتضمن احترامك الدائم للروحانية التى نبعت منها . أنت بذلك تفسح لنفسك الطريق للاستمتاع بالطاقة العظيمة التى سوف تحظى بها عند تواصلك مع العزيمة .

حوِّل العزيمة إلى واقع تعيشه

فى هذا الجزء الذى سنختتم به هذا الفصل ؛ سوف تتعرف على برنامج مكوَّن من عشر خطوات للتمرس على تقوية عزيمتك لكى تحترم ذاتك فى كل وقت .

الخطوة ١ : انظر إلى المرآة وتواصل بصريا مع نفسك وقل لها "أحبك يا نفسى " ، كرر العبارة قدر المستطاع على مدار اليوم . " احبك يا نفسى " ؛ إنها ثلاث كلمات سحرية سوف تساعدك على الحفاظ على احترامك لذاتك . والآن ؛ يجب أن تدرك أن قول هذه الكلمات قد يبدو لك صعبا فى البداية بسبب الظروف التى تعرضت لها خلال حياتك ولأن

الكلمات ذاتها يمكن أن تظهر على السطح بقايا عدم احترامك لذاتك والتى تريد الأنا الخاصة بك أن تجعلك تتشبث بها .

قد يكون رد فعلك للوهلة الأولى هو أن تنظر إلى هذا التعبير على أنه تعبير عن رغبة الأنا فى التفوق على الآخرين ولكن هذه العبارة ليست لها أية علاقة بالأنا . إنها تأكيد لاحترام الذات . يجب أن تتخطى عقل الأنا هذا وأكد على حبك لذاتك وتواصلك مع الله . إن هذا لا يجعلك أفضل من أى شخص آخر وإنما يجعلك متساويا مع الجميع ومحتفياً بنفسك لأنك أحد مخلوقات الله . تأكد من ذلك لاحترامك لذاتك وتأكد من ذلك لكى تحترم قوة العزيمة التى جاءت بك إلى هنا . تأكد من ذلك لأن هذه هى الطريقة التى سوف تبقيك متواصلاً مع المصدر والتى سوف تجعلك تستعيد طاقة العزيمة . " أنا أحب نفسى " ؛ قلها بلا حرج ؛ قلها بعمق ؛ وكن مثالاً للحب واحترام الذات .

الخطوة ٢ : اكتب العبارة التالية وكررها مراراً وتكراراً لنفسك : " أنا كامل ومثالى تماماً كما خلقت ! " . احمل هذه العبارة معك أينما ذهبت . دونها على بطاقة معدنية واحتفظ بها فى جيبك ؛ أو فوق لوح القيادة أو فوق الثلاجة أو بجوار فراشك . اسمح لهذه الكلمات بأن تتحول إلى مصدر طاقة عليا واحترام الذات . إن مجرد حملك لهذه الكلمات بشكل دائم سوف يسمح لطاقتها بالتدفق إليك بشكل مباشر .

إن احترام الذات ينبع من احترام المصدر الذى نشأت منه واتخاذك قرارا باستعادة تواصلك مع المصدر بغض النظر عما يفكر به أى شخص آخر . من الضرورى جداً هنا أن تذكر نفسك من البداية بأنك تستحق هذا الاحترام اللانهائى الذى تحصل عليه من خلال المصدر الوحيد الذى يمكنك دائما الاعتماد عليه ؛ إنه مصدر طاقة السلام الربانى التى تحدد ملامحك وسماتك . إن هذه التذكرة سوف تصنع المعجزات لاحترامك لذاتك ، وسوف تضاعف من قدرتك على استخدام طاقة العزيمة فى حياتك . ذكر نفسك مراراً وتكراراً بما يلى : " أنا لست هذا الجسد ؛ أنا لست مجموعة من

الأفعال المتراكمة والإنجازات ، أنا لست سمعة ، أنا كامل ومثالى تماماً كما خلقت ! " .

الخطوة ٣ : أبد المزيد من الاحترام للآخرين وللحياة بأسرها . ربما يكون السر الأعظم للاعتزاز بالذات هو أن تبدى المزيد من التقدير للغير . إن أسهل طريقة لفعل ذلك هى أن تراقب تجليات القدرة الإلهية فى الغير . تجاوز كل انتقاداتك للآخرين المرتبطة بالثروة والمظهر ومكانتهم الاجتماعية . وأبد تقديرك وحبك للمصدر الذى نبع منه الغير . فكلنا صُنع الله ؛ كلنا ! حاول أن تشاهد هذه الحقيقة حتى فى كل من يسعى للتنصل منها وإنكارها . واعلم أنك بإشاعة الحب والاحترام ؛ سوف تنجح فى تحويل مسار هذه الطاقة التى تحيط بك بحيث تتحرك صوب المصدر بدلاً من أن تتحرك بمنأى عنه . تخلص من انتقاد الآخرين ، والطاقات المنخفضة حتى لا يعود إليك ثانية . وتذكر أنك عندما تنتقد الآخرين ؛ فأنت بذلك لا تصفهم بل تصف نفسك بأنك شخص بحاجة إلى انتقاد الآخرين . وينطبق هذا أيضا على الانتقادات الموجهة إليك .

الخطوة ٤ : أكد لنفسك وللآخرين أنك تتمتع بروح الانتماء ! إن حس الانتماء هو إحدى السمات العليا فى هرم تحقيق الذات " لإبراهام ماسلو " (وهو ما سوف أتناوله بالشرح فى بداية الفصل التالى) . إن شعورك بعدم الانتماء أو بأنك فى المكان الخاطئ يمكن أن يرجع إلى افتقارك إلى احترام الذات . احترم ذاتك واحترم روحك من خلال إدراكك بأن الجميع يتمتعون بروح الانتماء . هذا أمر مسلم به ويرقى عن أى تشكك أو مساءلة . إن مجرد وجودك فى هذا الكون يعتبر دليلاً كافياً على أنك منتمٍ إلى هنا . ليس هناك من يملك حق تقرير هذا الانتماء . ليست هناك حكومةً تملك حق تقرير ما إن كنت منتمياً أو غير منتمٍ . إنه نظام ذكى تمثل أنت جزءاً منه . إن حكمة الخلق قد عزمت أن تكون هنا ؛ فى هذا المكان ؛ وسط هذه الأسرة وهؤلاء الإخوة والأهل ؛ بأن تشغل هذا المكان الغالى . قلها لنفسك وكررها

كلما لزم الأمر ، ردد : " أنا منتم " ! وكذلك كل شخص آخر ؛ ليس هناك شخص وجد فى هذا العالم مصادفة !

الخطوة ٥ : ذكر نفسك بأنك لن تكون وحيداً أبداً . إن حفاظك على احترامك لذاتك سوف يبقى صحيحاً مادمت تؤمن بأنه يستحيل أن تكون وحيداً . فالله دائماً معى ، حتى فى أوقات الشدة التى كنت أظن أنه قد تخلى عنى فيها . وأنا أشعر بأن الله يحبنى والدليل على ذلك أنه خلقنى وأرشدنى إلى الصواب ، ولهذا لابد أن أحمده وأشكر فضله . مازلت أذكر صديقى " بات مكماهون " وحديثه الخاص مع الأم " تريزا " قبل بث برنامجه من خلال إذاعة " كتار " فى فيونكس بأريزونا ؛ عندما رجاها بأن تسمح له بأن يفعل أى شيء من أجلها : " أى شيء من أجلك " قال لها راجياً . " أريد فقط أن أساعدك بأية طريقة " ؛ فنظرت إليه وأجابته قائلة : " غداً صباحاً ؛ استيقظ فى الرابعة صباحاً واخرج فى شوارع فيونكس وابحث عن شخص وحيد وأقنعه بأنه ليس وحيدا " . إنها نصيحة غالية ؛ لأن أى شخص سقط فى هاوية التشكك فى الذات أو بدا تائهاً ؛ فقد احترامه لذاته لأنه نسى أنه ليس وحيداً .

الخطوة ٦ : احترم جسدك ! لقد مُنحت جسدا مثالياً يضم كيانك غير المرئى - أى روحك - لفترة زمنية محدودة تتمثل فى حياتك الدنيا . بغض النظر عن حجم هذا الجسم وشكله ولونه وأى عجز تتصور أنه فيه ؛ فهو جسد مثالى يخدم تماماً الهدف الذى خلق من أجله . ولست بحاجة لأن تبذل جهدا لكى تتمتع بصحة جيدة ؛ إن الصحة شيء تملكه بالفعل إن لم تسع للنيل منه أو الانتقاص منه . يمكنك أن تضعف جسدك بالإفراط فى تناول الطعام ، أو عدم ممارسة الرياضة بالقدر الكافى ، أو المبالغة فى تعاطى العقاقير والسموم التى تصيبك بالمرض والإرهاق والوهن ، والقلق ، والاكتئاب ، والانتفاخ وأى مرض من قائمة الأمراض التى لا تنتهى . يمكنك أن تشرع فى إنجاز هذا العزم لكى تحيا حياة يحفها احترام الذات من خلال الاحتفاء بهذا الصرح الذى يؤويك . فأنت تدرك ما يجب

عليك عمله ؛ ولست بحاجة إلى نظام حمية آخر ؛ أو دليل لممارسة الرياضة ؛ أو مدرب شخصى . غص داخل جسدك ؛ أنصت إليه ؛ عامله بالاحترام والكرامة والحب التى يفرضها عليك احترام الذات .

الخطوة ٧ : مارس التأمل لكى تبقى مستشعرا لتواصلك مع المصدر الذى يُكن لك احتراما دائما . لا يسعنى أن أشرح هذه النقطة بالتفصيل المطلوب : إن التأمل هو طريقة لاستشعار ما يصعب على الحواس الخمس استشعاره . عندما تتصل بالعزيمة ؛ سوف تتصل بالحكمة الكامنة بداخلك . إن هذه الحكمة الروحية تُكن لك احتراماً كبيراً وهى تعتز بك وبوجودك . إن التأمل هو وسيلة تضمن لك البقاء فى حالة احترام الذات بغض النظر عن كل ما يجرى من حولك ؛ فعندما تقتحم عالم التأمل الروحى ؛ سوف تبدد كل شكوكك بشأن قيمتك كمخلوق روحى . إن التبجيل الذى سوف يتولد بداخلك من جراء التأمل سوف يشعرك بالاتصال بالمصدر ، وسوف يجعلك تحترم كل الكائنات وخاصة نفسك .

الخطوة ٨ : صالح خصومك ؛ إن تصالحك مع خصومك سوف يرسل لهم طاقة احترام . إن إشعاعك لهذه الطاقة المتسامحة سوف يجعل نفس طاقة الاحترام تتدفق إليك ثانية بشكل إيجابى . إن اتسمت بالسمو الأخلاقى لدرجة التصالح والتسامح واستبدال طاقة الغضب والمرارة والتوتر بالطيبة - حتى إن كنت مازلت مصراً على أنك على صواب ، فسوف يجعلك هذا تحترم ذاتك على نحو يفوق كثيراً ما كنت عليه قبل التسامح . فعندما يعتريك غضب عارم تجاه شخص ما ؛ سوف تجد أن هناك جزءاً كبيراً منك يلفظ هذه الطاقة المعوقة . تمهل للحظة الآن وهنا لكى تواجه هذا الشخص الذى تتصور أنك قد آلمته أو جعلته يؤلمك وأخبره بأنك تود أن تصالحه . سوف ترى إلى أى مدى سوف يشعرك هذا بالتحسن . إن هذا الشعور الجيد بصفاء الجو سوف يزيد من احترامك لذاتك . إن التصالح يتطلب قدراً أكبر من الشجاعة وقوة الشخصية والاقتناع الداخلى من الاستسلام إلى مشاعر الطاقة المنخفضة .

الخطوة ٩ : تذكر دائما أن احترام الآخرين لك يتحقق من خلال احترامك لذاتك . لكى تحقق هذا الهدف يجب أن تدرك أن رأى الآخرين فيك ليس حقيقة وإنما هو مجرد آراء . أنا عندما أتحدث إلى جمهور قوامه خمسمائة شخص فسوف يتكون خمسمائة رأى فى شخصى مع نهاية المحاضرة . ولكننى لا أمثل أى رأى من هذه الآراء الخمسمائة . لا يمكن أن أحمل نفسى مسئولية آراء الآخرين فى الشيء الوحيد الذى لا يمكن إلا أن أكون أنا المسئول عنه وهو سماتي الشخصية وهو ما يصح بالنسبة لكل شخص آخر . أنا إن احترمت ذاتى فهذا يعنى أننى أعتمد على الذات فى احترام الذات . أما إن تشككت فى ذاتى أو عاقبتها فإننى لن أفقد فقط احترامى لذاتى وإنما سوف أظل أجتذب المزيد والمزيد من الشكوك والآراء منخفضة الطاقة التى سوف تزيد من معاقبتى لنفسى . لا يمكنك أن تبقى متصلاً بالعقل الكونى الذى قدر لنا جميعاً أن نأتى إلى هنا ؛ إن عجزت عن الاعتماد على ذاتك من خلال احترام الذات .

الخطوة ١٠ : كن ممتناً . سوف تكتشف أن الامتنان هو الخطوة الأخيرة فى كل فصل من فصول الكتاب التالية . كن ممتناً بدلاً من أن تكون مستاءً من كل شيء يظهر فى حياتك . فعندما تقول : " أحمدك يا إلهى على كل شيء " وعندما تمتن للحياة وكل ما تراه وتعيشه ؛ تكون بذلك محترما للخلق . إن هذا الاحترام يكمن بداخلك وأنت لا تملك القدرة إلا على منح ما تملكه بداخلك . إن حالة الامتنان هذه هى نفس حالة الاحترام ؛ احترامك لذاتك الذى تتخلى عنه بمحض إرادتك لكى يرد إليك أضعافاً مضاعفة .

***



الفصل الثامن

إن عزمى هو : أن أعيش حياتى مركزاً على هدفى وغايتى

" إن الذين يفشلون فى البحث عن الحقيقة يفقدون إحساسهم بالحياة " .

- " بوذا " .

" إن شغلك الشاغل فى الحياة هو أن تصل إلى المثالية التى خلقت من أجلها . وكل ما دون ذلك مجرد من المعنى والقيمة " .

- " سيفاندا " .

يحتل حس الهدف أو الغاية قمة هرم تحقيق الذات الذى وضعه " إبراهام ماسلو " منذ أكثر من خمسين عاماً . فمن خلال أبحاثه اكتشف الدكتور " ماسلو " أن الشخص الذى يشعر بأن له هدفاً فى الحياة يتسم بأفضل السمات البشرية على الإطلاق . خلال السنوات العديدة التى قضيتها فى مجال التنمية البشرية والتحفيز والوعى والإدراك الروحانى ؛ كان هذا الموضوع هو الأكثر إثارة لتساؤل الحضور . كنت أواجه دائماً بأسئلة مثل " كيف أعثر على غايتى ؟ هل هناك بالفعل شىء كهذا ؟ لِمَ لا أعرف هدفى فى الحياة ؟ " إن تحديد الغاية هو أعلى مستوى لتحقق الذات يمكن أن يصل إليه الإنسان وينجزه فى رحلة حياته . ومع ذلك فهناك الكثيرون

ممن يفتقدون حس الغاية ، بل هناك حتى من يساورهم الشك فى امتلاك حس للهدف والغاية .

الغاية والعزيمة

إن موضوع هذا الكتاب هو أن العزيمة قوة كونية وأن كل شيء وكل شخص فى هذا الكون متصل بالقوة الكونية . بما أن هذا النظام هو نظام ذكى نمثل جميعاً جزءاً منه ؛ وبما أن كل شيء فى هذا الكون ينبع من هذا الذكاء ؛ فإن الاستنتاج الطبيعى لذلك هو أنه ما لم يكن قد قدر له بأن يأتى إلى هنا ما كان ليأتى إلى هنا . وما قدر له فى المقابل أن يأتى فقد أتى وهذا يكفينى . إن مجرد وجودك يعد إشارة إلى أنك تملك هدفاً وغاية . وكما سبق وأشرت فإن السؤال الأساسى الذى يشغل بال الكثيرين منا هو "ما هو هدفى وغايتى ؟ " يظل هذا السؤال يتردد بشكل دائم ومتكرر بصور مختلفة : **ما الذى يفترض بى أن أقوم به ؟ هل يجب أن أكون مهندساً معماريا ؟ أم منسق زهور ، أم طبيباً بيطرياً ؟ هل يجب أن أساعد الآخرين ؟ أم أن أصلح السيارات ؟ هل المفترض بى أن أتزوج وأهتم بشئون أسرتى أم أن أهيم فى الغابات لإنقاذ حيوان الشمبانزى ؟** نحن نواجه فيضاً من الخيارات المتاحة أمامنا ؛ مما يبقينا فى حالة تساؤل دائم عن الشىء الصحيح أو الاختيار الصحيح الذى يجدر بنا أن نقدم عليه .

فى هذا الفصل ؛ أريدك أن تنسى كل هذه الأسئلة ؛ وأن تتحرك بدلاً من ذلك نحو الإيمان والوثوق بالعقل الكونى للعزيمة ؛ واضعاً نصب عينيك دائما أنك قد نبعت من هذا العقل وأنك سوف تبقى دائماً جزءاً منه .

إن العزيمة والغاية توأمان لا ينفصلان ؛ وإنما يتصلان ببعضهما البعض بصلة طبيعية وجميلة ووثيقة تماماً مثل اللولب المزدوج فى الحمض النووى الخاص بك . وليس هناك مصادفة . لقد خلقت فى هذه الحياة من أجل غاية مقدرة عليك قبل أن تقتحم عالم الجزيئات والأشكال . الكثير من الأشياء التى تنظر إليها باعتبارها مشاكل تنتج عن كونك غير متصل بالعزيمة ، وبالتالى غير مدرك لهويتك الروحانية الحقيقية . إن إعادة بلورة

اتصالك هى أساس العزيمة التى سوف تجعلك ترى الغاية فى حياتك . وعندما تنقى هذه الرابطة سوف تكتشف اكتشافين عظيمين . الاكتشاف الأول هو أنك سوف تدرك أن غايتك ترتبط فى المقام الأول بما تشعر به وليس بما تفعله . أما الاكتشاف الثانى فهو أن حس الغاية لديك سوف ينشط طاقة العزيمة لخلق أى شيء متسق مع أوجه العزيمة السبعة .

الشعور بحس الغاية . ردا على السؤال التالى : " ما الذى يجب أن أفعله فى حياتى ؟ " أرى أن هناك شيئا واحدا فقط يمكن أن تصنعه فى حياتك ؛ بما أنك قد جئت إلى هذه الحياة صفر اليدين وسوف تخرج منها خالى الوفاض فيمكنك أن تتخلى عنها تماماً . سوف تشعر بحس الغاية فى أسمى صوره عندما تتخلى عن حياتك وتنحيها جانباً لخدمة الآخرين . فعندما تمنح الآخرين ؛ وعندما تمنح كوكبك ومصدرك ؛ سوف تمتلك حس الغاية . مهما يكن ما وقع اختيارك عليه ؛ إن استشعرت دافع خدمة الآخرين بينما تعيش حالة انفصال حقيقى عن النتائج ؛ فسوف تشعر بالغاية ؛ بغض النظر عند مقدار ما يتدفق إليك من وفرة فياضة فى المقابل .

إذن فعزمك هو أن تعيش حياتك من خلال الغاية . ولكن كيف يعمل المصدر الروحى فى هذا الصدد . إنه يمنح قوة الحياة لكى يخلق من العدم . وعندما تفعل نفس الشيء بغض النظر عما تمنحه أو تخلقه فسوف تحيا فى انسجام مع العزيمة . عندها سوف ترى الغاية تماما التى تسعى إلى نيلها .

تأمل هذه الخطوة ملياً . هل المصدر الكونى المبدع يفكر فيما يفعله بطاقاته ؟ هل هو منشغل بالخلق ؟ هل يشغل المصدر نفسه بالمكان الذى يعيش فيه وبما سوف يخلقه فى النهاية ؟ كلا ؛ إن مصدرك ببساطة منشغل بالتعبير عن ذاته من خلال الأوجه السبعة للعزيمة . أما باقى التفاصيل فسوف تتحقق بشكل تلقائي . وهو ما ينطبق تماماً على مشاعرك عند امتلاكك لحس الغاية ؛ حيث ستتدفق حياتك بشكل تلقائى من خلال تجليات أوجه العزيمة .

اسمح لنفسك بأن تتواجد فى مجال مشاعرك التى لا تعبأ بالاختيارات المهنية ، والأشياء التى يجب عليك إنجازها ومثل هذه الأمور . أنت عندما

تعيش فى خدمة الآخرين أو عندما تشيع الطيبة خارج حدودك الذاتية سوف تتواصل مع المصدر . سوف تشعر بالسعادة والرضا لأنك سوف تدرك أنك تفعل الصواب .

إننى أستحضر هذا الشعور بالاكتمال والرضا الذى يشعرنى بحس الغاية من خلال قراءة أية مراسلات أو عند سماع أية تعليقات من تلك التعليقات التى ترد إلى مسمعى كثيراً عندما أكون فى المطار أو المطعم مثل : " **لقد غيرت حياتى يا " وين داير " ؛ لقد وقفت بجانبى عندما شعرت بالضياع** " . هذا أمر يختلف تماما عن تلقى مبلغ كبير من المال أو سماع مديح عظيم وهو ما أستمتع به أيضا . إن هذا التعبير الشخصى بالامتنان هو ما يدعم ويساند حس الغاية فى نفسى .

أما خارج حدود عملى ؛ فإننى أشعر بحس الغاية بطرق شتى فى كل يوم . فعندما أساعد شخصاً محتاجاً ؛ وعندما أقتطع بعض الوقت لمساعدة عامل متعكر المزاج فى مطعم أو متجر ؛ وعندما أرسم الضحكة على شفاة طفل صغير مهمل داخل عربته ؛ أشعر عندها بأننى أعطى الآخرين ، وبأننى مستشعر لحس الغاية .

إن ما أود قوله هنا هو : " ابق متسماً بحس الغاية من خلال التعبير عن أوجه العزيمة السبعة وسوف تجد التفاصيل تشق طريقها إليك . لن تجد نفسك أبداً بحاجة إلى التساؤل عن غايتك أو كيفية العثور عليها .

إن غايتك سوف تعثر عليك . فى فصل سابق ؛ استعرضت كل العقبات التى تعترض طريق اتصالك بالعزيمة ، وأشرت إلى أن أفكارنا هى إحدى العثرات الكبرى . وقد ركزت على كوننا نجسد كل ما نفكر فيه على امتداد اليوم . فما هى الأفكار التى تعتريك والتى تحول دون شعورك بحس الغاية فى حياتك ؟ إن كنت تظن مثلاً أنك منفصل عن غايتك وأنك قد ضللت الطريق وفقدت وجهتك فى الحياة فهذا هو تحديداً ما سوف تجتذبه فى حياتك .

افترض على سبيل المثال بدلاً من ذلك أنك تعلم أنك تعيش فى هذا العالم لهدف محدد حيث تشكل أفكارك ، ومشاعرك ، وأفعالك جزءاً من

إرادتك الحرة فضلاً عن اتصالك بطاقة العزيمة . وافترض أن أفكارك التى تنم عن افتقاد الغاية والهدف تشكل بالفعل جزءاً من غايتك . تماماً مثلما تدفعك فكرة فقدان شخص إلى مضاعفة حبك له ، أو تدفعك فكرة المرض إلى مزيد من الاحتفاء بصحتك . افترض بناءً على ذلك أنك بحاجة إلى استحضار عدم أهميتك لكى تدرك قيمتك الحقيقية .

عندما تتمتع باليقظة الكافية التى تحثك على البحث عن غايتك والاتصال بها ، سوف تتواصل عندها مع طاقة العزيمة . إن مجرد تساؤلك عن سبب وجودك هنا هو إشارة لكون أفكارك تحثك على إعادة الاتصال بمجال العزيمة . فما هو مصدر أفكارك بشأن غايتك ؟ ولِمَ تريد أن تشعر بحس الغاية ؟ لم يعتبر حس الغاية أفضل السمات العليا للشخص المثالى ؟ إن مصدر الفكر هو مخزن لا ينفد من الطاقة والذكاء . بمعنى آخر ؛ إن الأفكار الخاصة بالغاية هى فى الواقع سعى من جانب غايتك للتواصل معك . إن هذا المخزن الذى لا ينفد من الحب والطيبة والإبداع والوفرة الفياضة قد نبع من الذكاء الأصلى ؛ وهو يحثك على التعبير عن العقل الكونى بطريقتك الفريدة الخاصة .

أعد قراءة مقولة " سيفاندا " فى بداية الفصل وستجد أنه يرى أن تحقق المراد الإلهى هو الغاية الحقيقية . إن الهدف من وراء هذا الكتاب هو استعادتك لاتصالك مع طاقة العزيمة والتخلص من الأنا التى تحاول أن توهمنا بأننا منفصلون عن المصدر الروحى الذى نبعنا منه والتى تحول دون إدراكنا للحقيقة الكبرى . إن هذه الحقيقة الكبرى هى مصدر كل أفكارك .

إن هذه الكينونة الداخلية تدرك تماماً سبب وجودك هنا ، ولكن الأنا الخاصة بك فى حالة صراع محموم على المال والمركز الاجتماعى والشعبية والمتع الحسية مما يجعلك تفقد غاية الحياة . وقد تشعر بأنك حققت ما تتمناه وبأنك قد اكتسبت سمعة جيدة ولكن سوف يبقى دائماً بداخلك ما ينغص عليك حياتك ويسألك قائلاً : "هل هذا كل ما فى جعبتك ؟ " . إن التركيز على مطالب الأنا سوف يشعرك دائماً بعدم الرضا . فى أعماق نفسك ؛ عند مستوى كينونتك ، سوف تعثر على ما يسعى إليه عزمك ؛ وما يجب أن تنجزه وتكونه . فى هذا المكان الرحب الفسيح ؛ سوف تتصل

مع طاقة العزيمة وسوف تعثر هى عليك . ابذل جهدا مقصودا متعمدا لكى تتواصل وتنصت . تدرب على أن تتقبل ما أنت عليه ؛ وارتق إلى مستوى الروح حيث تتفق العزيمة مع الغاية فى أروع صورها . هذا هو ما سوف يجعلك تدرك يقيناً أنك تحقق غايتك .

معرفتك الداخلية الصامتة . كتب عالم النفس والفلسفة " ويليام جيمس " ذات يوم : " فى الخلفية المظلمة لعقولنا ندرك تماماً ما يجب علينا عمله ... ولكن هناك ما يحول دون شروعنا فى تحقيق ذلك .... وفى كل لحظة ننتظر انصراف هذه اللعنة التى تحيق بنا .... ولكنها تستمر ؛ تبقى سارية فى نبضاتنا ؛ نبضة تلو الأخرى ؛ بينما نطفو نحن معها " .

من خلال تجربتى كمحلل نفسى ومحاضر يحادث الآلاف فى شئون حياتهم ؛ خلصت بالفعل إلى نفس النتيجة السابقة . هناك فى مكان ما فى أعماق نفوسنا ؛ نداء للغاية . قد لا يكون دائماً عقلانياً كما أنه قد لا يكون محددا بشكل واضح بل وأحياناً قد يبدو سخيفاً ولكن المعرفة تبقى موجودة . هناك شيء صامت فى ذلك وهو عازم على أن تعبر عن ذاتك . هذا الشيء هو روحك التى تطالبك بالإصغاء والتواصل عن طريق الحب والطيبة والاستقبال لطاقة العزيمة . هذه المعرفة الداخلية الصامتة لن تدعك أبداً وشأنك . فقد تسعى أنت لتجاهلها ، والتظاهر بأنها ليست موجودة ولكن كن صادقاً ؛ ولكن فى لحظات التأمل التى تنفرد بها مع نفسك ؛ تشعر بالخواء بداخلك ؛ تشعر بها فى انتظار أنغامك لتملأ جنباتها . إن هذا الخواء يريدك أن تقبل المجازفة وأن تتجاهل الأنا الخاصة بك ، والأنا الخاصة بالآخرين التى تطالبك بأن تأخذ الطريق الأكثر سهولة وسرعة وأماناً وتوهمك بأن هذا هو الأفضل بالنسبة لك .

ولكن الأمر المثير للسخرية هو أنها لا تطالبك بأن تقوم بأداء مهمة معينة ، أو تشغل وظيفة معينة ، أو تعيش فى مكان معين . وإنما تطالبك بالمشاركة بشكل فعال ومحب باستخدام المهارات والاهتمامات التى تشكل جزءاً لا يتجزأ منك . يمكن أن يشمل ذلك أى نشاط مثل الرقص ، أو الكتابة ، أو التمريض ، أو العناية بالحديقة ، أو الطهى ، أو العناية

بالأبناء ، أو التدريس ، أو التلحين ، أو الغناء ، أو ركوب الأمواج ، أو أى شيء . فليس هناك حدود لهذه القائمة الممتدة . ولكن كل شيء فى هذه القائمة يمكن أن يؤدى إما من منطلق إرضاء الأنا ، أو خدمة الآخرين . إن إرضاءك للأنا سوف يسلمك فى النهاية إلى عدم الشعور بالرضا وغياب الغاية لأن مصدرك لا يعرف الأنا وأنت تسعى للتواصل مع المصدر الذى نبعت منه غايتك . أما إن كانت قائمة الأنشطة تسعى لخدمة الآخرين ؛ فسوف تشعر بلذة الحياة ونعيمها وسوف تجتذب فى المقابل المزيد مما ترغب فى الحصول عليه فى حياتك .

ولعل ابنتى " سكاى " هى خير مثال على ما أود قوله هنا . لقد أدركت " سكاى " منذ نعومة أظافرها أنها جاءت للحياة لكى تغنى . وكأنها قد جاءت إلى العالم وقد قدر لها أن تغنى للآخرين . وعلى مدى السنين ؛ غنت أمام الجمهور الذى كان يحضر محاضراتى ؛ بداية عندما كانت فى الرابعة من عمرها ثم على مدى سنوات عمرها حتى الآن وهى فى الحادية والعشرين . كما أنها غنت فى بعض البرامج التلفزيونية التى ظهرت فيها وكان تفاعل الجمهور مع غنائها مشجعاً للغاية .

ثم عكفت " سكاى " على دراسة الموسيقى فى إحدى الجامعات الكبرى دراسة أكاديمية نظرية متخصصة . وفى أحد الأيام ؛ فى بداية دراستها بالجامعة ؛ تناقشت معها عن غايتها والمعرفة الداخلية الصامتة الخاصة بها ؛ فسألتنى قائلة : " هل ستغضب إن تركت الجامعة ؟ إننى أشعر بأننى لن أتمكن من فعل ما أود فعله بالجلوس فى قاعة المحاضرات ودراسة نظريات الموسيقى ؛ لم أعد أحتمل ذلك . أريد فقط أن أؤلف موسيقاى الخاصة وأن أغنى . وهذا هو الشيء الوحيد الذى أفكر فيه ؛ ولكننى لا أريد أن أخذلك أنت وأمى " .

كيف يمكننى وأنا الذى يعلم القراء ألا يموتوا وموسيقاهم تدوى بداخلهم أن أطالب ابنتى ذات الواحد والعشرين ربيعاً أن تبقى فى الجامعة لأن هذا هو الاختيار الصحيح ؟ لم أفعل ذلك ولكننى شجعتها على الإصغاء إلى يقينها الصامت الذى شهدت دليلاً عليه منذ أن كانت طفلة صغيرة ؛ وبأن تتبع ما يمليه عليها قلبها . وكما قال " غاندى " ذات مرة : " إن التعامل

من القلب هو العطاء الكامل " ؛ القلب هو مكمن الإيمان بالله في " سكاى " ... وفيك أنت أيضاً .

وقد طلبت من " سكاى " أن تبذل جهداً خارقاً لكى تعيش في انسجام مع غايتها من خلال خدمة الآخرين الذين يرغبون في سماع موسيقاها بدلاً من أن تركز انتباهها على أن تكون مشهورة أو تكسب المال . فذكرتها قائلاً : " دعى الكون يتعامل مع كل هذه التفاصيل . وسوف تؤلفين وتغنين لأنك يجب أن تعبرى للآخرين عما يموج في قلبك الدافئ الجميل " . ثم طلبت منها أن تفكر من النهاية وأن تتصرف وكأن كل ما ترغب في عمله لنفسها قد تحقق بالفعل ؛ وفي انتظار تواصلها معه .

ولكنها أصيبت بارتباك وذعر في الآونة الأخيرة لأنها لم تتمكن من إصدار أسطوانتها المدمجة ؛ وكانت تتصرف من منطلق أنها لم تخرج أسطوانتها إلى العالم . وكانت النتيجة هى أنها لم تصدر الأسطوانة فضلاً عن أنها أصيبت بقدر كبير من الإحباط . وشجعتها من كل قلبي على أن تشرع في التفكير من النهاية برؤية الاستوديو معداً ، والموسيقيين على استعداد للتعاون معها وأن تتخيل الأسطوانة المدمجة وقد أصبحت منتجاً نهائياً أعد بالفعل ؛ أى أن ترى عزمها وكأنه واقع قد تحقق . ثم منحتها تاريخاً نهائياً لإعداد الأسطوانة لكى أوزعها من خلال محاضراتى . أخبرتها أنها يمكن أن تغنى لجمهور الحاضرين كما فعلت من آن إلى آخر على مدار حياتها ، وكذلك في البرامج التى كنت أقدمها في التلفاز .

إن تفكيرها من النهاية قد حقق كل ما كانت تصبو إليه وشرعت الروح الكونية في التضافر مع عزمها الكامن . فلقد وجدت الاستوديو والموسيقيين الذين ظهروا بشكل سحرى ونجحت في إنتاج أسطوانتها .

عملت " سكاى " بكد يوماً بعد يوم وهى تغنى أغانيها المفضلة والعديد من الأغانى الأخرى التى كنت أطلب منها أن تغنيها في محاضراتى مثل Amazing Grace ، وThe prayer of St.Francis فضلا عن الأغنية التى لحنتها بنفسها Lavender Fields والتى غنتها بمنتهى الكبرياء والحب . ولكن الأهم من كل هذا أن أسطوانتها This Skye Has No Limits قد خرجت إلى النور وأصبحت تقدم إلى الجمهور أثناء محاضراتى .

إن ظهورها بصحبتى فى العرض يشيع جواً من السعادة والحب فى العرض لأنها تتمتع بدرجة قوية بأوجه العزيمة السبعة أكثر من أى شخص عرفته . لذا فإننى لا أفشى سراً إن قلت إن هذا الكتاب مهدى أيضاً إليها ؛ لأنها إحدى ملائكتى للعزيمة الروحية .

الإلهام والغاية

عندما تلهمك غاية كبرى ؛ سوف يبدو كل شيء وكأنه يعمل من أجلك . ينبع الإلهام من الاتصال بالروح والتواصل مع أوجه العزيمة السبعة . وعندما تشعر بأنك ملهم ؛ سوف يبدو لك كل ما كان محفوفاً بالمخاطر على أنه طريق يجب أن تسير فيه . لقد تبددت المخاطر لأنك تتبع ما يمليه عليه قلبك ؛ تتبع الحقيقة الصادقة بداخلك . هذا هو بحق الحب الذى يعمل فى انسجام مع العزيمة . وإن لم تشعر بشكل أساسى بالحب ؛ فلن تشعر بالصدق لأن الصدق يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالروح . لذلك فإن الإلهام يمثل جزءاً لا يتجزأ من تحقق العزيمة بأن يكون لك هدف فى الحياة .

عندما تركت العمل الذى شعرت بأننى افتقدت الإلهام فيه ؛ تبددت كل التفاصيل التى كانت تثير قلقى بفعل قوة سحرية . كنت قد قضيت عدة أشهر فى العمل لشركة كبرى كانت تمنحنى راتباً يفوق ثلاثة أضعاف ما كنت أحصل عليه من خلال التدريس ولكننى لم أشعر وقتها بأننى فى حالة إلهام . فحثتنى معرفتى الداخلية قائلة : افعل ما خُلقت من أجل أن تفعله ؛ وهكذا أصبح التدريس وتقديم المشورة غايتى اليومية .

عندما تركت عملى فى مجال التدريس فى إحدى الجامعات الكبرى لكى أتفرغ للكتابة وإلقاء المحاضرات ؛ لم تكن هذه مجازفة من جانبى ؛ بل كانت شيئاً يجب أن أقوم به لأننى كنت أعرف أن طريق توافقى وسعادتى مع نفسى هو اتباع ما يمليه علىّ قلبى . وقد تولى القدر كل التفاصيل ؛ لأننى كنت أشعر بأننى أحب ما أقوم به وبالتالى كنت أعيش الحقيقة ؛ كنت أعيش الصدق . ومن خلال تعليم الحب ؛ قادنى هذا الحب نفسه نحو غايتى ثم توالت المكافآت المادية مع تدفق طاقة الحب .

لم أكن أعرف كيف ستمضى الأمور ولكننى اتبعت معرفتى الداخلية ولم أندم أبداً !

قد تظن أنها مجازفة كبرى أن تتنازل عن الراتب ، أو العائد ، والأمان الوظيفى ، أو المحيط المألوف بسبب بعض المخاوف التى تحوم فى عقلك . أما أنا فإننى أرى أنه ليست هناك مجازفات وكل ما عليك عمله هو الالتفات إلى مصدر الضوء المتمثل فى معرفتك . اجمع بين معرفتك القوية وإيمان روحك وسوف تجد طاقة العزيمة وقد تحركت من أجلك . إن ثقتك بهذه المعرفة الداخلية هى كل ما تحتاج إليه . إننى أطلق عليها اسم الإيمان ـ أى الإيمان بالنداء الذى تسمعه فى أعماق نفسك . أنت كائن روحانى يملك القدرة على اختيار الغاية والتواصل مع طاقة العزيمة . كل هذا يدور حول انسجام تواصلك مع مصدرك . إن الإيمان سوف يبدد أية مجازفة عندما تختار أن تثق بالمعرفة الداخلية بشأن غايتك وبأن تصبح قناة لطاقة العزيمة .

حوِّل العزيمة إلى واقع

إليك عشر طرق لكى تحقق عزيمتك كى تعيش حياتك وفق غايتك من اليوم فصاعداً :

الخطوة ١ : تأكد من أنه فى ظل أى نظام ذكى ليس هناك مجال للمصادفة ؛ لا شيء يظهر مصادفة بما فى ذلك أنت . إن العقل الكونى للعزيمة هو المسئول عن كل الخلق . إنه يدرك ويعى تماماً ما يقوم به . لقد نبعت من هذا العقل ؛ وأنت متواصل معه بشكل لانهائى . هناك معنى لوجودك ؛ وأنت تملك القدرة على العيش وفق غاية واضحة . الخطوة الأولى هى أن تعرف أنك جئت إلى هذه الدنيا لغاية معينة . وهذا أمر يختلف عن معرفتك لما يفترض أن تقوم به . فعلى مدى حياتك ؛ كل ما تقوم به سوف يحدث تغييراً وتحولاً . بل إن كل التغيرات يمكن أن تحدث بين ساعة وأخرى فى كل يوم من أيام حياتك . إن غايتك ليست ما تقوم به وإنما هى

كينونتك ؛ أى هذا المكان الذى يكمن بداخلك والذي تنبع منه أفكارك . وهذا هو سر تسميتك بكائن بشرى وليس فعلاً بشرياً ! أكد لنفسك وبنفسك من خلال كتاباتك وأفكارك أنك هنا لغاية محددة وأنك عازم على العيش من منطلق هذا الوعى والإدراك دائماً أبداً .

الخطوة ٢ : اقتنص كل فرصة مهما بدت صغيرة لكى تعطى الآخرين من خلال حياتك . أزح الأنا من طريق العزيمة لكى تحيا حياة ذات مغزى وغاية . مهما يكن ما تود فعله فى حياتك ؛ ليكن دافعك الأساسى الذى يحركك هو بذل جهدك من أجل شيء ما أو شخص ما وليس من أجل الحصول على مقابل أو مكافأة .

إن ما يثير السخرية هنا هو أن المكافآت الشخصية سوف تتضاعف عندما تركز أنت على المنح بدلاً من التلقى . أحب ما تفعله ؛ ودع هذا الحب ينبع من أعماق روحك . ثم انشر هذا الشعور بالحب والحماس والسعادة النابع من جهدك . إن كانت غايتك هى أن تصبحى أماً غير عادية ؛ فوجهى كل طاقتك وتوجهك الداخلى نحو هؤلاء الأبناء . أما إن كانت الغاية التى تشعر بها هى كتابة الشعر أو تقويم الأسنان ؛ فتحرر من الأنا الخاصة بك ونحها جانباً من طريقك وافعل ما تحب فعله . افعل ذلك من منطلق مفهوم إحداث فارق لشخص ما أو قضية ما ودع الكون يتولى كل التفاصيل الخاصة بمكافآتك الشخصية . عش غايتك وهدفك من خلال الحب الخالص ؛ فهذا هو ما سوف يساعدك على الابتكار من خلال طاقة العقل الكونى للعزيمة المسئول عن الخلق بأسره .

الخطوة ٣ : لتكن غايتك متوافقة مع مجال العزيمة . هذا هو أهم شيء يمكنك عمله لكى تحقق عزيمتك . إن توافقك مع المجال الكونى يعنى أن تؤمن بأن الخالق يعرف سبب وجودك هنا حتى إن لم تكن تعرف أنت هذا السبب ؛ يعنى الانتقال من العقل الصغير إلى العقل الكبير ، وتذكر أن غايتك سوف تتكشف بنفس الطريقة التى تكشفت وظهرت أنت بها . إن الغاية أيضا قد تولدت من الإبداع ، والطيبة ، والحب ، والاستقبال لهذه

الوفرة اللانهائية فى العالم . حافظ على نقاء هذا الاتصال ؛ وسوف تجد نفسك تتحمل مسئولية أفعالك .

ليس من الإيمان بالقدر أن نقول إنه لا يمكن التصدى لأى شيء قدر له الحدوث . وإنما هذا إيمان بطاقة العزيمة ؛ التى نبعت أنت منها والتى تعيش بداخلك . فعندما تتوافق مع المصدر الذى نبعت منه فهذا يعنى بالتالى أن هذا المصدر سوف يساعدك على خلق حياة من محض اختيارك . ثم ستشعر بعدها تماماً وكأن كل شيء كان يجب أو قدر له أن يكون كما كان . لأن هذه هى الحقيقة ! أنت تملك دائما اختيار الكيفية التى تتوافق بها . وإن بقيت مركزاً على تمنى أشياء دنيوية ؛ فسوف تشعر بأن الحياة تملى عليك مطالبها . ابق مركزاً على هذا السؤال المحب : كيف يمكن أن أوظف مواهبى الداخلية ورغبتى فى خدمة الآخرين ؟ وسوف يجيبك الكون بنفس الطاقة التى طلبت بها قائلاً : " كيف يمكن أن أخدمك أنا أيضاً ؟ " .

الخطوة ٤ : تجاهل كل شخص يملى عليك غايتك . فبغض النظر عما قد يقوله لك أى شخص ؛ فإن الحقيقة هى أنك أنت وحدك الذى يملك القدرة على تحديد غايتك . وإن لم تكن تشعر بالغاية بداخل هذا المكان الداخلى الذى تكمن فيه رغباتك الملتهبة فهذا يعنى أن هذه ليست هى غايتك . قد يسعى أقاربك وأصدقاؤك إلى إقناعك بأن ما يشعرون به هو قدرك . وقد يرون فيك مواهب يظنون أنها سوف تساعدك على خلق حياة عظيمة أو قد يرغبون أن تتبعهم ظناً منهم بأن الطريق إلى سعادتك هو اتباع كل ما كانوا يفعلونه على مدى حياتهم وما كان يعود عليهم بالسعادة . إن مهاراتك فى الرياضيات ، أو الديكور ، أو إصلاح الأجهزة الكهربائية قد تؤهلك لأداء مهنة معينة ؛ ولكن فى النهاية إن لم تكن تشعر أنت بذلك ؛ فلن تجدى أية محاولة لإقناعك.

إن غايتك تنحصر بينك وبين مصدرك ؛ وكلما اقتربت من الطريقة التى يبدو عليها مجال العزيمة ويتصرف بها ؛ ازدادت معرفتك بأنك تسير وفق غاية . قد لا تملك أية مهارات أو استعدادات بالمرة فى مجال ما ، ومع

ذلك تشعر برغبة داخلية في اقتحام هذا المجال . تجاهل كل اختبارات قياس الاستعدادات ، وغياب المهارات ، أو المعرفة ، والأهم من ذلك ؛ تجاهل آراء الآخرين وأنصت إلى قلبك .

الخطوة ٥ : تذكر أن مجال العزيمة المبدعة سوف يعمل من أجلك .
يعزى إلى " ألبرت أينشتين " قوله إن أهم قرار نتخذه في حياتنا هو ما إن كنا نعتقد أننا نعيش في عالم صديق أم عالم عدواني . يجب أن تعرف أن مجال العزيمة المبدعة صديق وأنه سوف يعمل من أجلك ومعك طالما نظرت إليه بهذه الطريقة . إن الكون يساند الحياة ؛ إنه يتدفق بحرية للجميع وهو فياض . فلِمَ إذن تقرر أن تنظر إليه بطريقة مختلفة ؟ إن كل المشاكل التي نواجهها تنبع من اعتقادنا بأننا منفصلون عن الله وعن بعضنا البعض مما يقودنا إلى الصراع . إن حالة الصراع هذه هي قوة مضادة سوف تثير ارتباك وتخبط ملايين من البشر وسوف تفقدهم القدرة على رؤية غايتهم . يجب أن تعرف أن الكون على استعداد دائم للعمل من أجلك ؛ وأنك دائماً تحيا في ظل عالم صديق وليس عالماً عدوانياً .

الخطوة ٦ :ادرس حياة الأشخاص الذين عرفوا غايتهم . من هو أكثر شخص يعجبك على الإطلاق ؟ أوصيك بقراءة السير الذاتية للشخصيات التي تثير إعجابك ، وأن تعرف كيف عاشوا حياتهم وما الذي كان يثير حماسهم ، ولا يثنيهم عن هدفهم مهما ظهرت العواقب على الطريق . طالما أثار " سول أوف تارسوس " انبهاري وإعجابي (وهو من أطلق عليه فيما بعد اسم " سانت بول ") . لقد كتب " تيلور كلدويل " قصة خيالية عن حياة " سانت بول " أطلق عليها اسم Great Lion of God أو أسد الله العظيم والتي كانت بمثابة مصدر إلهام كبير بالنسبة لي . كما أنني تأثرت كثيراً بحس الغاية المرتفع الذي عاش به " سانت فرانسيس " حياته والتي حكى عنها " نيكوس كازنتزاكيس " في روايته التي أطلق عليه اسم " سانت فرانسيس " . إنني أحرص على قراءة السير الذاتية لهؤلاء الأشخاص وهذه الشخصيات في أوقات فراغي ؛ إنها الشخصيات التي

تمثل بالنسبة لى نموذجا للغاية وأنا أوصيك بأن تحذو حذوى فى هذا الصدد.

الخطوة ٧ : تصرف وكأنك تعيش الحياة التى خلقت من أجلها ؛ حتى إن كنت تشعر بالارتباك والتخبط بشأن ما يسمى بالغاية . استحضر فى حياتك يومياً كل ما يمكن أن يزيدك قربا من الله ويجلب لك قدراً من السعادة . انظر إلى الأحداث التى تراها على أنها عقبات باعتبارها فرصاً مثالية لاختبار مدى تصالحك مع ذاتك والتعرف على غايتك . عامل كل شيء من اظفر يدك المقضوم إلى فقدان عملك أو إصابتك بمرض ما ، أو أى نقلة جغرافية تقوم بها باعتبارها فرصاً للفرار من حياتك الروتينية التى تعودت عليها والتحرك صوب الغاية . إن تصرفك وكأنك تعيش الغاية ومعاملتك لكل المعوقات وكأنها أدوات تذكرة تدفعك إلى الوثوق بما يجرى بداخلك ؛ سوف يحقق عزمك فى أن تصبح شخصاً ذا غاية .

الخطوة ٨ : تأمل لكى تبقى متصلاً بغايتك . استخدم تقنية " جابا " التى سبق وأشرت إليها وركز كل انتباهك الداخلى على الدعاء إلى المصدر ليرشدك لتحقيق ما تصبو إليه . الخطاب التالى من " ماثيو مكيد " يصف النتائج الرائعة للتأمل فى الحفاظ على الغاية :

عزيزى دكتور " داير "

لقد حملت زوجتى " ميشيل " بمعجزة ؛ إنها معجزة الروح التى تحققت بفضل إرشاداتك لنا . فعلى مدى خمس سنوات ؛ عانيت أنا و " ميشيل " من العقم . وقد جربنا كل شيء ولم يُجد أى من أنواع العلاج الحديثة المتقدمة أو باهظة التكاليف . حتى يئس الأطباء . لقد خضع إيماننا للاختبار مراراً وتكراراً مع كل دورة علاج فاشلة . وكان طبيبنا قد نجح فى تجميد أجنة من دورات علاجية سابقة . وعلى مدى سنوات ؛ وأكثر من خمسين جنيناً كانوا قد نقلوا إلى رحم " ميشيل " اقتربت فرص نجاح الحمل من خلال زراعة الجنين فى رحم " ميشيل " من الصفر . وكما تعرف فإن كلمة صفر هى كلمة محذوفة من القاموس الروحانى . وقد عاش جنيننا الغالى فى درجة حرارة تبلغ مائتين وخمسين درجة تحت الصفر على مدى

ستة أشهر ، ثم انتقل إلى بيته الجديد فى رحم " ميشيل " . وهى الآن فى النصف الثانى من الحمل .

حسناً ، وماذا فى ذلك ؟ قد ترد على قائلا : "إننى أتلقى رسائل كهذه يومياً " . ومع ذلك فإن هذا الخطاب يحتوى على إثبات إلهى . نقطة ضئيلة من البروتوبلازم ، كتلة مادية من الخلايا الحية تحمل سمات كائن بشرى مرتقب ، تنتقل إلى المعمل ، ثم تحفظ داخل مبرد (فريزر) . فتتوقف كل حركة داخل الخلايا ، وكل العمليات الحيوية الكيميائية التى تجرى بها ، وتعلق . ومع ذلك يبقى الأصل صحيحا لا يمس . أين ذهب هذا الجوهر الروحى أثناء التجميد ؟ لقد تم تشغيل الخلايا ثم تم إيقافها ولكن الجوهر الروحى بقى مهيمناً بالرغم من الحالة المادية المتغيرة للخلايا . لقد كان تردد ذبذبات الخلايا المجمدة منخفضاً ولكن تردد ذبذبات الروح كان يفوق مستوى القياس . إن جوهر الكائن يجب أن يبقى خارج حدود الجسم المادى أو كتلة الخلايا المشكلة له . لا يمكن أن يكون هذا الجوهر قد ذهب إلى أى مكان سوى عالم الروح حيث بقى هناك منتظراً . بقى منتظراً لكى يكشف عن نفسه وتحوله إلى ما كان عليه دائماً . آمل أن تستشعر فى هذه القصة ما استشعرته أنا من عظمة ، إنها معجزة بكل المقاييس . إنها دليل على أننا أرواح داخل أجساد ولسنا أجسادا داخل أرواح .

والآن سؤال بمليون دولار : هل يمكن أن ينجح جنين كهذا فى مواجهة هذا التجميد القاسى ومع ذلك يبقى قادراً على التجلى لأننى آمنت بعظمة الله ؟ فقط لأننى دعوته من قلبى ، إننى أملك معرفة ، لا شك فى ذلك . فى لحظاتى الهادئة ، أشعر بأن بوسعى أن أشم رائحة هذا الطفل الرضيع القادم . سوف تشكر لى " ميشيل " اقتناعى وإيمانى فى أحلك اللحظات . إننى أثنى على عملك الذى أنار بصيرتى . أشكرك . والآن ، لا يبدو شىء أمامى مستحيلاً . فعندما أقارن بين ما حدث فى رحم " ميشيل " بأى شىء آخر أرغب فيه ، سوف يبدو لى كل شيء هيناً وسهلاً . بعدما تؤمن بقدرة الله بحق ، كل شيء تريده سوف يتحقق ويظهر ، فى الموعد المناسب تماماً . أما التجلى الرائع الآخر فهو مساعدة غيرى من المصابين بالعقم على تحقيق أحلامهم . سوف أساعد هؤلاء الذين فقدوا الأمل .

مع فائق احترامى وتحياتى

" ماثيو مكيد "

كتب لي الكثير من الناس عن الكثير من هذه المعجزات التى تحققت بفضل إيمانهم العميق بقدرة الله واحتفاظهم بحس الغاية . ولكننى أقدر بشكل خاص قرار " ماثيو " بأن يوظف تجربته لخدمة غيره من المصابين بالعقم .

الخطوة ٩ : اجعل أفكارك ومشاعرك منسجمة مع أفعالك . إن الطريق المضمون الأكيد لتحقيق غايتك هو أن تتجنب أى صراع أو عدم توافق واتساق بين فكرك ومشاعرك ، والكيفية التى تعيش بها أيامك . إن كنت فى حالة عدم انسجام ؛ فهذا يعنى أنك سوف تنشط السلوك المرتبط بـ الأنا القائم على الخوف من الفشل أو إغضاب الآخرين ، مما يبعدك عن غايتك . إن أفعالك بحاجة لأن تكون منسجمة مع أفكارك . ثق فى هذه الأفكار التى تحقق الانسجام وكن مستعداً لبناء تصرفاتك وأفعالك عليها . ارفض النظر إلى نفسك على أنك غير جدير بالثقة أو بأنك وضيع لأن هذه الأفكار سوف تمنعك من فعل ما تعلم أنه مقدر لك أن تفعله . اتخذ خطوات يومية لكى تستجمع أفكارك ومشاعرك بحيث تخدم مهمتك البطولية وتنسجم مع أنشطتك اليومية وبالطبع مع مجال العزيمة الذى لا يغيب أبداً . إن التواصل مع الله هو الذى يحقق أعلى حس يمكن بلوغه للغاية.

الخطوة ١٠ : ابق فى حالة امتنان . كن ممتناً حتى لكونك قادراً على تأمل غايتك . امتن لكل الهبات الرائعة التى جعلتك قادراً على خدمة البشرية ؛ على خدمة كوكبك والتواصل مع الله . كن ممتناً لكل ما يبدو لك على أنه عثرات فى طريق غايتك . وتذكر كما ذكرنا " غاندى " بقوله : " تتجلى الهداية الروحية عندما يحيط بنا الظلام الحالك " . انظر إلى مشهد حياتك برمته بما فى ذلك كل الأشخاص الذين مروا بطريقك . انظر إلى كل وظائفهم ونجاحاتهم وما يبدو لك على أنه فشلهم وممتلكاتهم وخسارتهم ومكاسبهم ؛ انظر إلى كل شيء بعين الامتنان . لقد وجدت هنا لسبب ؛ وهذا هو مفتاح الغاية . كن ممتناً لفرصة أن تعيش حياتك لتحقيق

هدف محدد بالتوافق مع إرادة المصدر الخالق . فكل هذا يستحق فائق الامتنان .

* * *

يبدو لى أن البحث عن الغاية هو أشبه بالبحث عن السعادة . ليس هناك طريق للسعادة لأن السعادة هى الطريق . وهو ما ينطبق على أن تعيش حياتك لتحقيق غاية . ليست شيئاً تعثر عليه ، وإنما هى الكيفية التى تعيش بها حياتك لخدمة الآخرين والبحث عن الغاية فى كل ما تقوم به . هذه هى تحديداً الطريقة التى سوف تحقق بها عزيمتك وهذا هو عنوان هذا الفصل من الكتاب . فعندما تفتقد الحب سوف تضل الطريق إلى غايتك . يصح هذا على الأشخاص ، والمؤسسات ، والأعمال ، والحكومات أيضا . وعندما تكبل الحكومة مواطنيها بمصروفات باهظة مقابل كل خدمة تقوم بها ؛ فهذا مناقض للغاية . عندما تمارس الحكومة أعمال العنف كوسيلة لحسم الخلافات ؛ فهى تتصرف خارج حدود الغاية مهما يكن المبرر الذى يحركها . وعندما يغالى أصحاب الأعمال فى الأسعار ويلجأون إلى الغش والاستغلال والاحتكار باسم المكسب فهذا يعنى أنهم يتصرفون خارج حدود الغاية . وعندما يسمح بعض المتطرفين دينياً لأنفسهم بسوء معاملة فئة معينة ، أو انتقاد من يخالفهم الرأى أو كراهيتهم فهذا يعنى أنهم يتصرفون خارج حدود الغاية وينطبق هذا الأمر عليك أيضاً .

إن هدفك هو أن تصل إلى قوة العزيمة لكى تعود إلى مصدرك وتعيش انطلاقاً من هذا الإدراك ومضاهاة أفعال العزيمة ذاتها . إن المصدر هو الحب . ولذلك فإن أسرع وسيلة لفهم تحقيق غايتك هى أن تسأل نفسك إن كنت تفكر بطرق محبة . هل تتدفق أفكارك من مصدر الحب بداخلك ؟ هل تتصرف انطلاقاً من هذه الأفكار التى تنم عن الحب ؟ إن كانت إجابتك هى نعم عن كل الأسئلة فأنت تعرف غايتك . ولا يسعنى أن أزيد !



إن عزمى هو : أن أكون جديراً بثقة جميع أقاربى

" أصدقاؤك هم تعويض إلهى عن أقاربك ! "

- " واين دبليو داير "

نقع أحياناً فى خطأ إحالة توقعاتنا ومطالبنا من أفراد أسرتنا إلى مصدر أساسى للسعادة أو الضغوط ؛ بينما ما نريده هو أن نكون نحن أنفسنا بحق وأن نتواصل بسلام وأمان مع أقاربنا . يبدو أن الصراع ينشأ كثيراً من فكرة كونك مخيراً بين أن تكون على طبيعتك بمعنى أن تكون أنت نفسك متخلياً عن العيش فى سلام مع بعض أقاربك أو أن تنعم بالسلام مع كل أقاربك مقابل التضحية بأن تكون على طبيعتك . إن الاتصال بقوة العزيمة مع تواصلك مع أقاربك قد يبدو لك على أنه تناقض ولكنه ليس كذلك . إن تمتعك بالسلام وفى نفس الوقت حفاظك على أصالتك يمكن أن يكونا صفتين لعلاقتك بأقاربك . بداية يجب أن تقيِّم علاقاتك بأقرب قريب إليك على الإطلاق ؛ إنه أنت شخصياً . سوف تكتشف أن الطريقة التى يعاملك بها الآخرون ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالطريقة التى تعامل بها نفسك ؛ إن هذه الطريقة هى التى تلقنهم كيفية التعامل معك .

سوف تعامل بنفس الطريقة التى تعلم بها الآخرين كيفية معاملتك

فى فصل سابق ؛ شجعتك على أن تراقب حوارك الداخلى . إن إحدى أكبر العقبات التى تعترض طريق تواصلك مع العزيمة هى أفكارك عما يريده أو يتوقعه منك الآخرون . كلما ركزت على كم الضيق الذى تشعر به بسبب عدم فهم أو تقدير أسرتك لك ؛ اجتذبت المزيد من سوء الفهم أو افتقاد التقدير . لماذا ؟ لأن ما تفكر فيه سوف يخضع لقانون التوسع حتى إن كان الذى تفكر فيه مثيراً للضيق ؛ وحتى إن كنت تفكر بشأن ما لا تريده فى الحياة .

إن انجذبت إلى هذه العزيمة ؛ فسوف تدرك أياً من أفراد الأسرة يثير ضيقك . أما إن شعرت بأنك متأثر بشكل سلبى بتوقعاتهم منك أو بأنك ضحية طريقتهم فى الحياة ؛ فأنت إذن بحاجة لأن تبدأ بتحويل فكرك مما يفعلونه إلى ما تفكر أنت به أو إلى رؤيتك أنت . قل لنفسك ؛ لقد علمت كل هؤلاء معاملتى من منطلق رغبتى فى أن تكون آراؤهم فىّ أفضل من رأيى أنا فى نفسى . يمكنك أن تواصل من عند هذا الحد قائلا : " ولكن عزمى هو أن أعاملهم بالطريقة التى أود أن يعاملونى بها من الآن فصاعدا ! " . إن تحمل مسئوليتك عن الطريقة التى يعاملك بها أفراد أسرتك سوف يساعدك على خلق نفس العلاقة مع كل أقربائك على نحو متفق مع العقل الكونى للعزيمة .

ربما تسأل نفسك الآن كيف يمكن أن تكون مسئولاً عن تعليم الآخرين الطريقة التى يعاملونك بها . والإجابة هى ؛ بنسبة كبيرة ؛ أنك قد سمحت لنفسك بالإصغاء إلى كل الضغوط العائلية ـ التى يمثل بعضها عادات بالية متوارثة منذ أجيال ـ بل وأيضا سمحت لنفسك بأن تنفصل عن المصدر الروحى والخوض فى طاقات منخفضة مثل إهانة الآخرين وإلقاء اللوم عليهم واليأس والندم والقلق وحتى الكراهية . أنت ، وأنت فقط الذى علَّمت ذويك كيف يعاملونك من خلال قبولك للانتقادات القاسية النابعة من هؤلاء الأعزاء الذين كثيرا ما يقتحمون حياتك ويسببون لك الضيق والشقاء .

علاقاتك العائلية تكمن داخل عقلك . عندما تغمض عينيك ؛ سوف تختفى عائلتك . أين ولت ؟ لا أدرى ؛ ولكن ممارسة هذا التدريب سوف تساعدك على إدراك كون أقاربك موجودين كأفكار داخل عقلك . وتذكر أيضا أن الله هو من منحك القدرة على التفكير . هل تستخدم عقلك لكى تجعل أقاربك فى حالة انسجام مع عزيمتك ؟ أم أنك قد هجرت وفصلت نفسك فى مخيلتك بالنظر إلى عائلتك بطرق تختلف عن المصدر الكونى للعزيمة ؟ إن هؤلاء الأشخاص الذين تربطهم بك صلة قرابة يمثلون أفكاراً فى عقلك . مهما يكن حجم الطاقة التى يملكونها ؛ فقد منحتهم أنت إياها . إن كل ما تشعر بأنه ناقص أو خاطئ فى هذه العلاقات هو إشارة لشيء ناقص بداخلك أنت ؛ لأنه يمكن القول بصفة عامة إن كل ما تراه فى شخص آخر هو انعكاس لبعض جوانبك أنت ، وإلا لما كان هذا الشيء قد أثار ضيقك لأنك لم تكن لتلاحظه فى المقام الأول .

لكى تغير طبيعة العلاقات العائلية ؛ يجب أن تغير طريقة تفكيرك بشأن أفراد عائلتك وأن تقفز قفزة خلفية فى عالم المجهول . ما هو المجهول . **إنها فكرة كونك مصدر القلاقل فى علاقاتك** ؛ بدلاً من هذا الشخص الذى تنظر إليه أنت على أنه لا يطاق ، وبأنه الأكثر دناءة أو وضاعة . على مدى السنوات ؛ كان كل هؤلاء الأشخاص يعاملونك بالطريقة التى سمحت لهم أنت بمعاملتك بها ؛ فأنت الذى سمحت لهم بهذه الأفعال وردود الأفعال . كلهم يتجسدون فى شكل أفكار فى عقلك فصلتك عن مصدر العزيمة . يمكن أن يتغير هذا بشكل مدهش عندما تقرر أن تعيش فى سلام مع كل شخص فى الحياة وخاصة مع أقربائك .

إن كان حوارك الداخلى حول أفراد عائلتك يتركز على الأخطاء التى يقترفونها ، فهذه هى تحديداً الكيفية التى سوف تكون علاقتك معهم عليها . إن كانت مراكز الحديث الداخلية لديك منصبة على ما يثير ضيقك فيهم ؛ فهذا هو ما سوف تلاحظه . وكلما شعرت بميل إلى إلقاء اللوم عليهم لما يسببونه لك من ضيق ؛ فسوف تشعر بهذا الضيق وقد نبع من أفكارك أنت . أما إن اتخذت قراراً بأن تركز انتباهك الداخلى وطاقتك الحياتية على شيء مختلف تماماً فسوف تتغير علاقتك . فى أفكارك ؛ حيث يظهر

ويتواجد كل أفراد عائلتك ؛ لن يعتريك ثانية الشعور بالضيق أو الغضب أو الألم أو الاكتئاب . أما إن كان ما يجرى على مستوى أفكارك هو "عزمك على أن تحتفظ بطبيعتك وتعيش فى حالة سلام مع أقربائك " ، فهذا هو ما سوف تعيشه حتى إن واصل أقرباؤك اتباع نفس نمط سلوكهم ، ونفس الطريقة التى يتعاملون بها معك .

تغيير طريقة تفكيرك يعنى تغيير علاقاتك . إن جمعك بين التصرف على طبيعتك والسلام مع الأقارب يتوقف فقط على الطريقة التى تفكر بها . يمكنك أن تتعلم أن تغير من أفكارك بأن تعزم على خلق مشاعر طبيعية وسلمية داخل نفسك . ليس هناك من يملك القدرة على إغضابك بدون موافقتك وقد وافقت كثيراً فى الماضى . عندما تشرع فى ممارسة العزيمة لكى تكون طبيعياً وتعيش فى سلام ؛ فإنك بذلك تتراجع عن موافقتك على العيش فى ظل الطاقات المنخفضة . سوف تتصل بهذه الطريقة بالسلام نفسه ، وسوف تقرر أن تشيع هذا السلام بين أقربائك ، ومن ثم سوف تكتسب فى الحال طاقة لتغيير الاجتماعات واللقاءات العائلية .

فكر فى الأقارب الذين ألقيت عليهم اللوم بسبب شعورك بالقلق والضيق أو الاكتئاب . لقد ركزت على ما لم يكن يعجبك فيهم أو الكيفية التى يعاملونك بها ؛ ومن ثم بقيت علاقاتك معهم غير مريحة وغير مرضية. الآن تصور نفسك وأنت تقيم علاقتك بهم من المنطلق الآتى : بدلاً من أن تولد ردود أفعال عدوانية تجاه الطاقة المنخفضة للعدوانية أو التفاخر الصادرة عنهم ـ مما يزيد من انخفاض الطاقة بالنسبة للجميع ـ يجب أن تستحضر عزمك على السلام فى التفاعل أو الاستجابة . تذكر أن طاقة الحب العالية هى التى تملك القدرة على إذابة وتبديد الطاقات المنخفضة ، فعندما تتجاوب مع الطاقة المنخفضة بمزيد من المشاعر السلبية المقابلة فهذا يعنى أنك لا تتصرف بطبيعتك ، أو مسالم ، أو متصل بطاقة العزيمة . إن الطاقات المنخفضة سوف تجعلك تتفوه بعبارات مثل : " إننى لا أحترمك لأنك غير محترم ، أنا غاضب منك لأنك غاضب من العالم ، أو إننى لا أحبك لأنك متبجح " .

إن تركيز انتباهك على ما أنت عازم على عمله بدلاً من الانخراط في نفس دائرة الطاقة المنخفضة التي تتلقاها من الغير يعني أنك تتخذ قرارا بالاتصال بالعزيمة واكتساب سمات المصدر الكوني في وجود هذه الطاقة المنخفضة . حاول أن تتصور أن أحد الأنبياء مثلاً يقول لأتباعه : " إنني أحتقر هؤلاء الأشخاص الذين يحتقرونني ولا أريد أن أتعامل معهم أو أعرفهم " ، أو " إنني أشعر بالغضب عندما يدينني الآخرون ؛ كيف يمكن أن أحظى بالسلام في ظل كل هذه العدوانية التي تحيط بي ؟" . هذا سخف ؛ لأن الأنبياء يمثلون أعلى طاقة محبة في الكون ، ولقد بعثوا تحديداً لإشاعة الحب والسلام بين البشر في عالم الشك والعدوانية ؛ إنني أدرك تماماً الآن أنك لست نبياً ؛ ولكنك تملك عدداً غير قليل من الدروس الروحانية العظيمة التي يجب أن تتعلمها من الأنبياء والمرسلين ، إن كنت ترغب أن تنهي أي موقف بسلام وإن كنت تعيش على مستوى العزيمة ؛ فسوف تغادر أي موقف وأنت تشعر بالسلام . لقد تعلمت هذا الدرس منذ عدة سنوات من عائلة زوجتي .

قبل أن تشرق حياتي بنور طاقة العزيمة ؛ كانت الزيارات العائلية تثير ضيقي واستيائي بسبب تصرفات بعض أعضاء أفراد عائلة زوجتي . كنت أستعد لزيارة مساء الخميس بالشعور بالقلق ، والغضب ، والضيق لما سوف ألاقيه وأعانيه خلال اللقاء ، ونادراً ما كنت أخطئ في ظني! كنت أركز أفكاري على كل ما لم يكن يعجبني وكنت أصبغ علاقتي بأقارب زوجتي بهذه الصبغة . وبالتدريج ؛ عندما بدأت أستوعب طاقة العزيمة وأوجدت الأنا الخاصة بي ورائي ؛ استبدلت كل المشاعر السلبية بمشاعر الطيبة والاستقبال والحب وحتى الجمال في كل ما كان يثير ضيقي وغضبي .

قبل اللقاءات العائلية ؛ كنت أذكر نفسي بما اخترت أن أكونه في أي وكل الظروف ؛ وكنت قد اخترت أن أكون على طبيعتي ومسالماً وأن أستمتع بوقتي . فإن واجهت موقفا أو قولاً كان يضايقني في الماضي ؛ كنت أطلب من والدة زوجتي مثلا بطريقة محبة أن تفسر لي وجهة نظرها قائلةً : " إنني لم أفكر أبداً في الأمر بهذه الطريقة ؛ لم لا تخبرينني بالمزيد ؟ " أصبحت عندما أسمع تعليقاً كنت أنظر إليه في الماضي على أنه تعبير

أجوف ؛ أقول : " إنها وجهة نظر مثيرة للاهتمام ؛ متى تعلمت ذلك ؟" بعبارة أخرى ؛ كنت أستحضر عزمى الخاص لكى أبقى فى حالة سلام مع أى موقف وكنت ملتزماً بعدم انتقاد الآخرين .

ثم حدث شيء مدهش بعد ذلك : وهو أننى أصبحت أتطلع لتلك اللقاءات العائلية التى تعقد في بيتنا . بدأت أنظر إلى هؤلاء الأشخاص على أنهم أكثر إشراقاً وأحسن حالاً مما كنت أراه فيما سبق . بل إننى أصبحت بالفعل أستمتع بالوقت الذى أقضيه معهم ؛ وكان كلما حدث شيء كان يثير ضيقى فى الماضى ؛ أتجاهله وأتجاوب بحب وطيبة بدلاً من الضيق . فى الماضى ؛ وفى مرحلة مبكرة من حياتى ؛ كان أى تعليق ينم عن تمييز عنصرى أو أى حكم دينى مسبق يثير غضبى واستيائى . أما الآن فقد أصبحت أتجاوب بشكل هادئ مع تنويه رقيق إلى وجهة نظرى فى الأمر ثم أدع الأمر يمر بسلام .

وبمرور السنين ؛ لم أجد فقط أن التحيز الدينى والعنصرى قد تراجع وتلاشى بين أقارب زوجتى وإنما لاحظت أنهم حتى قد اكتسبوا قدراً من التسامح بل وحتى الحب تجاه الأقليات ؛ وكذلك تجاه أصحاب الديانات الأخرى .

بالرغم من أن عزمى فى البداية كان أن أبقى فى حالة سلام ؛ فقد اكتشفت أننى بعدم مشاركتى فى الطاقة المنخفضة لأقارب زوجتى ؛ لم تصبح العائلة أكثر سلاماً فحسب ، وإنما بدأت تنمو بيننا الكثير من الأحاديث والحوارات المتعة المفيدة . وبقدر ما علمت أقارب زوجتى ؛ تعلمت منهم. حتى عندما كنت أشعر بالرفض التام لأى انتقاد موجه إلىّ ؛ كنت أذكر نفسى بعزمى على الاحتفاظ بعلاقة سلمية معهم مما كان يساعدنى ويمكننى من تحقيق هدفى . ولم أعد أفكر فيما لا يعجبنى فيهم ؛ لم أعد أفكر فيما هو ناقص ؛ أو ما كان دائماً يثير ضيقى . بقيت مركزا على إحالة هذه اللقاءات إلى لقاءات مرحة ومحبة والأهم من ذلك كله ؛ لقاءات سلمية .

* * *

دعنا نلق نظرة على الخطوات التى يجب أن تتخذها لكى تحقق العزيمة الذى أشرنا إليه فى هذا الفصل وتجنى ثماره :

الخطوة ١ : عبر عن عزمك لفظياً وكتابياً ، وضاعف فى نفسك الرغبة فى تحقيقه . عندما توجد تعلقا واشتياقا للعيش فى ظل عائلة متحابة ؛ سوف يشرع كل شيء فى الحدوث بشكل تلقائى وطبيعى ؛ بدلاً من أن تسعى لحدوث المعجزة ؛ اسع لتحقيق اليقظة الداخلية التى لن تخذلك أبداً . إن يقظة هذا النور الداخلى ؛ بمجرد أن تشعر بها ؛ سوف تصبح ملازمة دائمة لك ؛ بغض النظر عن الشخص الذى تصاحبه أو المكان الذى أنت موجود فيه . إن القوة الديناميكية موجودة بداخلك . إن هذه الفرصة سوف تكون بمثابة سعادة غامرة تسرى بداخل جسدك . وفى النهاية سوف يرتقى فكرك وسوف يتحد عالمك الخارجى مع عالمك الداخلى . تطلع إلى هذه اليقظة وإلى هذه البصيرة الداخلية واطمح إلى تفعيل عزمك .

الخطوة ٢ : أحب لأخيك ما تحب لنفسك . عندما ينتقدك أى شخص ، أو يصدر عليك حكماً ، أو يتصرف بغضب ، أو يعبر عن الكراهية ؛ أو يسعى لكشف أخطائك ؛ فهذا يعنى أنه لا يعيش حالة سلام مع نفسه . اطلب هذا السلام لنفسه حتى بقدر أكبر من السلام الذى تطلبه لنفسك . إن تحليك بمثل هذه العزيمة ؛ سوف يصرفك عن التركيز على نفسك . هذا ليس بحاجة إلى كلمات أو أفعال من جانبك . فقط تصور هذا الشخص من أفراد عائلتك الذى لا تعيش معه فى سلام واستشعر السلام الذى تتوق إليه . سوف يتغير بذلك حوارك الداخلى وسوف تشرع فى استعادة الطبيعة السلمية الكامنة بداخل كل منكما .

الخطوة ٣ : كن أنت السلام الذى تبحث عنه فى الآخرين . إن كنت مفتقداً السلام فى علاقاتك مع أفراد عائلتك ؛ فهذا يعنى أن هناك موضعاً ما بداخلك مفتقرا إلى السلام . قد يكون موضعاً مملوءاً بالقلق ، والخوف ، والغضب ، والاكتئاب ، والإحساس بالذنب أو أي نوع آخر من المشاعر المنخفضة الطاقة . فبدلاً من أن تسعى لتخليص نفسك من كل هذه المشاعر

دفعة واحدة ؛ تعامل معها بنفس الطريقة التى تتعامل بها مع أقاربك . ألق تحية رقيقة دافئة على الموضع المفتقد إلى السلام فى نفسك ؛ فأنت بذلك تبعث برسالة سلام إلى المكان الذى يفتقد هذا السلام .سوف تقوى الطاقات المنخفضة التى تشعر بها من خلال هذه التحية الدافئة ، وسوف تتلاشى فى النهاية عندما تشيع فى كل جوانب نفسك القوة الروحية . إن طريقك إلى هذا السلام يتخذ من خلال أى شكل يناسبك من أشكال الهدوء والتأمل . حتى إن لم يكن يتعدى دقيقتين تكون صامتا خلالهما وتبتهل فيهما إلى الله عز وجل .

الخطوة ٤ : توافق مع أوجه العزيمة السبعة . إن كنت قد نسيت صفات العقل الكونى للعزيمة ؛ فهو مبدع ، وطيب ، ومحب ، وجميل ، ومتوسع دائماً ، وفياض العطاء ، ومستقبل لكل ما فى الحياة . طبق لعبة التوافق التى أشرت إليها فى وقت سابق فى هذا الكتاب ، وبمنتهى الهدوء ومن خلال العزيمة استحضر وجه المصدر الكونى فى وجود كل من يصيبك بالإحباط أو يتداخل مع سلامك . إن هذا النوع من الطاقة الروحية سوف يكون محولاً ؛ ليس لك أنت فقط وإنما أيضاً لكل أقاربك . إن عزيمتك على إقامة علاقات سلمية سوف تتخذ الآن شكلاً أولاً داخل عقلك ثم داخل قلبك ، وفى النهاية سوف تتحول إلى واقع .

الخطوة ٥ : استعرض كل العقبات التى تشكلت على طريقك نحو السلام العائلى . أنصت إلى الحوار الداخلى الذى يركز على استيائك من توقعات الآخرين منك . ذكر نفسك أنك عندما تفكر فيما تشعر بالاستياء نحوه ؛ فسوف تتصرف بناءً على ما تفكر فيه ؛ وفى نفس الوقت سوف تجتذب المزيد منه . اختبر مستوى طاقتك ونزوعك إلى الاستجابة مع الطاقة المنخفضة بنفس الطريقة ؛ وذكِّر الأنا الخاصة بك أنك لن تسمح بعد اليوم بأن تعرض نفسك للإحساس بالضيق ولن تكون بعد اليوم بحاجة لأن تكون أنت المحق فى ظل هذه العلاقات .

الخطوة ٦ : تصرف كما لو كان ما تريده قد تحقق بالفعل . ابدأ وكأن **ما تريد أن تكونه وتحققه من خلال عزمك قد تحقق بالفعل** . انظر إلى كل شخص من أفراد عائلتك بعين الحب والنور الكامن بداخله . عندما سُئل " بابا موكتناندا " ؛ أحد عظماء رجال الدين فى الهند : " بابا ؛ ما الذى تراه عندما تنظر إلىّ ؟ أجاب " بابا " قائلا : " أرى النور فيك " فسأله الشخص قائلا : " كيف ترى النور فىّ يا " بابا " ؟ فأنا شخص غاضب وفظيع . ألا ترى كل هذا ؟ " ، فأجاب " بابا " : " كلا إننى أرى النور " . هذه القصة مقتبسة من كتاب Kindle My Heart لـ " سوامى تشيفيلاسانادا جورماى " .

شاهد النور إذن فى الآخرين ؛ وعاملهم كما لو كان هذا هو كل ما تراه .

الخطوة ٧ : انفصل عن النتيجة . لا تبن أصالتك وسلامك على سلوك أقاربك . طالما بقيت متصلاً بالعزيمة ومشعاً بالطاقة العالية ؛ فقد حققت السلام . ليست مهمتك أو هدفك أن تجعل كل شخص آخر فى عائلتك يفكر ، أو يشعر أو يؤمن بما تؤمن به أنت . ولكن احتمال حدوث ذلك هو احتمال كبير قائم حيث ستشهد تغيرات عظيمة فيهم من خلال سلوكك . ولكن إن لم يحدث هذا التغير ؛ وإن واصلوا اتباع نفس السلوكيات العدوانية ؛ فلا تشغل بالك بإحداث هذا التحول . كل شيء يسير وفق نظام محكم روحى ؛ كما أن القدرة الإلهية والتسامح سوف يذكرانك دائماً بما يجب أن تلتزم به . إن التسامح ؛ سوف يضمن لك سلامك الشخصى مع نفسك مما سوف يزيد بدرجة كبيرة من فرص مساعدة الآخرين على بلوغ نفس الشيء .

الخطوة ٨ : إننى أجتذب السلام فقط فى حياتى . إننى أذكر نفسى بهذه العبارة عدة مرات فى اليوم الواحد وخاصة عندما أتعامل مع أبنائى وأقاربى من الدرجة الثانية . كما أننى أطبق ذلك فى متاجر البقالة ، وعند تحية الحضور عند ذهابى لمكتب البريد ، وأثناء قيادتى للسيارة . أكرر هذه العبارة فى صمت مع نفسى وهو ما ينجح دائماً . يستجيب الآخرون معى من خلال ابتسامة أو شكر وامتنان أو إيماءات تنم عن المودة أو تحيات طيبة

طوال اليوم . كما أنني أذكر نفسى أيضاً بهذه الملاحظة العظيمة من كتاب A Course in Miracles أو " دروس فى المعجزات " عندما ينتابنى أي شعور آخر بخلاف السلام عندما أتعامل مع أي شخص من أفراد عائلتى وأذكر نفسى قائلا : يمكننى أن أختار السلام بدلاً من هذا الشيء .

الخطوة ٩ : لا تحمل أى ضغينة ودرّب نفسك على التسامح . إن مفتاح السلام فى علاقاتك مع كل أفراد عائلتك هو التسامح . إن أقاربك يفعلون ببساطة ما تعلموا فعله على مدى الحياة ؛ إنها معرفة متوارثة ومتداولة . أفض عليهم بتفهمك وتسامحك النابع من أعماق قلبك .

هذه السطور المقتبسة من " دروس فى المعجزات " سوف تخدمك كثيراً فى مجال تحقيق العزيمة :

هل تريد السلام ؟ التسامح هو طريق السلام
هل تريد السعادة ؛ والعقل الهادئ ؛ وحس الغاية
والقيمة والجمال الذى يتخطى هذا العالم ؟
هل تريد هدوءاً لا يعرف الانزعاج والرقة
التى لا يمكن أن تخدش وراحة دائمة عميقة
وسكينة دائمة لا تمس ؟
التسامح هو طريقك إلى كل هذا

الخطوة ١٠ : كن فى حالة امتنان دائم . بدلاً من أن تبقى فى حالة عدم سلام مع أى فرد من أفراد أسرتك ؛ اشكر الله على وجودهم فى حياتك وعلى كل ما علموك إياه .

هذه هى الخطوات العشر التى يمكنك أن تمارسها يوميا . وبينما تعمل من أجل المعرفة التامة التى سوف تتجلى لك من خلال العزيمة ؛ ذكّر نفسك يومياً أنك لن تستطع أبداً أن تعالج أية علاقة سيئة بإدانتها .

* *



إن عزمى هو : أن أشعر بالنجاح وأن أجتذب الوفرة الفياضة فى حياتى

" إن الله قادر على أن يهبك بلا حدود " .

ـ " سانت بول "

" عندما تدرك أنه ليس هناك شيء ناقص ؛ فسوف تملك العالم بأسره " .

ـ " ليو تزو "

إن أحد أسرار شعورى بالنجاح واجتذاب وفرة فياضة فى حياتى هو قناعة داخلية أكررها على نفسى فى كل يوم من أيام حياتى : " غيِّر الطريقة التى تنظر بها إلى الأشياء وسوف تتغير الأشياء التى تنظر إليها " . ولم تخطئ هذه القناعة مرة واحدة .

إن صدق هذه القناعة قد تحقق بالفعل فى مجال فيزياء الكم الذى يراه البعض ليس فقط غريباً وإنما أيضاً أغرب مما تتصور . لقد وجد أنه عند أدق مستوى من جزيئات الذرات أى عند المراقبة الفعلية للجزيء وهو يغير جزيئاً آخر ؛ تكون الطريقة التى نراقب بها هذه الذرات متناهية الصغر والتي تعتبر البنية الأساسية للحياة بأسرها عاملاً حاسماً لما سوف تكون عليه . وإن طبقنا هذا المجاز على الجزيئات الأكبر فالأكبر حجماً حتى

نرى أنفسنا جزيئات فى جسم أكبر يطلق عليها اسم البشرية أو حتى على مستوى أكبر ، وهو الحياة نفسها ، فإنه لن يصعب علينا كثيراً أن نتصور أن الطريقة التى نراقب بها العالم الذى نعيشه تؤثر على العالم . لقد ترددد على مسامعنا مراراً وتكراراً أن ما يحدث فى العالم الصغير يحدث فى العالم الكبير . وبينما تقرأ هذا الفصل ؛ تذكر هذه الرحلة الصغيرة فى فيزياء الكم كمجاز لحياتك .

وهكذا فإن عزيمتك على أن تشعر بالنجاح وتعيش الازدهار والرخاء والوفرة الفياضة يعتمد على نظرتك لنفسك والكون والأهم من ذلك نظرتك لمجال العزيمة الذى هو منبع النجاح والوفرة . إن قناعتى البسيطة هذه بشأن تغيير الطريقة التى تنظر بها إلى الأشياء هى أداة بالغة الفاعلية سوف تسمح لك بأن تستحضر عزيمة هذا الفصل وتطبقها فى حياتك . ولكن أولا يجب أن تختبر الطريقة التى تنظر بها إلى الأشياء ثم تتعرف على الكيفية التى تقوم بها روح العزيمة بفعل نفس الشيء .

كيف تنظر إلى الحياة ؟

إن الطريقة التى تنظر بها إلى الحياة هى بمثابة " بارومیتر " لتوقعاتك ؛ بناء على ما تعلمته بشأن أحقيتك وقيمتك ، وقدرتك على الإنجاز . وقد فرضت عليك هذه التوقعات فى المقام الأول بفعل التأثيرات الخارجية مثل العائلة والمجتمع والهيئات ولكن يجب ألا ننسى أن هناك أيضاً عاملاً قوياً مصاحباً وملازماً لكل هذا ؛ إنه الأنا الخاصة بك . هذه المصادر التى تشكل توقعاتك تقوم فى الأساس على مفاهيم التقتير والحدود والتشاؤم . إن كانت هذه المفاهيم هى أساس نظرتك إلى الحياة فإن تصورك لهذا العالم هو ما تتوقعه لنفسك . مما يعنى بالتالى أن اجتذاب الوفرة الفياضة والرخاء والنجاح من خلال وجهات نظر قاصرة كهذه سوف يكون مستحيلاً .

إننى أدرك فى أعماق قلبى أن اجتذاب الوفرة والشعور بالنجاح هو أمر ممكن لأننى كما سبق وذكرت من قبل قد عشت حياة مدقعة الفقر . كنت أتنقل بين دور التبنى بعيداً عن أمى وأبى الغائب ، مدمن الخمر الذى قضى

معظم سنوات عمره داخل السجون . إننى أعلم تماماً أن هذه الحقائق سوف تجدى بالنسبة لك ؛ لأنها إن كانت قد أثبتت جدواها معى فهذا يعنى أنها سوف تجدى مع أى شخص آخر؛ بما أننا نشترك جميعاً فى هذه القوة الروحية الفياضة كما أننا كلنا قد نبعنا من مجال العزيمة .

تفحص جيداً الطريقة التى تنظر بها إلى العالم ؛ وتفقد كم الطاقة الحياتية التى تستهلكها لكى تصرف عن نفسك كل وجهات النظر المتفائلة وتقدم على كل ما تراه من نقص وعدم اتساق فى الوفرة المحيطة بك. هل تستطيع أن تغير من نظرتك للأشياء ؟ هل هناك إمكانية لأن ترى الرخاء بدلا من أن تعكف على رؤية التقتير ؟ هل تملك تغيير ذلك من خلال تغيير نظرتك ؟ وأنا أجيب بنعم واثقة عن كل هذه الأسئلة . أما طريقك لتغيير الطريقة التى تنظر بها إلى الأشياء فهى أن تلقى نظرة فاحصة على شىء ما لم تكن قد فكرت فيه من قبل .

كيف ينظر مجال العزيمة الكونى المبدع للحياة ؟

إن مجال العزيمة المسئول عن الخلق فى حالة عطاء مستمر ؛ بل إنه لا يعرف حدوداً للعطاء . إنه يواصل تحويل الأرواح النقية عديمة الشكل إلى أشكال مادية بالغة التنوع . فضلا عن أن مجال العزيمة يمنح بلا حدود ، فهو لا يعرف النقص أو التقتير . وهذا يعنى أننا بصدد حقيقتين بالغتى الأهمية عند تناول الوفرة الفياضة للعقل الكونى . الحقيقة الأول هى أنه متواصل العطاء والحقيقة الثانية هى أنه يمنح بلا حدود .

إن طاقة العزيمة تمنح بلا توقف وبلا حدود ؛ لذا يبدو من الواضح أنك بحاجة إلى اكتساب هاتين السمتين لكى تحقق عزيمتك الشخصية وتعيش وتجتذب الوفرة الفياضة إلى حياتك . ما الذى يجب أن تحتوى عليه رسالتك إلى الكون ، إن كنت تبحث عن الوفرة والنجاح بدلاً من أن تناضل من أجلهما ؟ يجب أن تتواصل مع مصدرك فياض العطاء . وبما أن مصدرك فى حالة عطاء ومنح دائمين ؛ إذن يجب أن تكون دائماً فى حالة عطاء

ومنح . إن هذا المصدر لن يعمل من أجلك إلا عندما تعيش حالة انسجام معه !

وإن بعثت إلى مجال العزيمة رسالة محتواها : " أرجوك أرسل لى المزيد من المال " ، فسوف تفسر على أنك تنظر إلى نفسك وكأنك تعيش فى حالة فقر بينما هذا المصدر لا يعرف الفقر أو الشح . بل إنه لا يعرف حتى ما الذى تقصده بكلمة لا أملك مالاً . ومن ثم سوف تكون استجابة المصدر كالتالى : " إنها حالة احتياج إلى المزيد من النقود لأن هذه هى الطريقة التى تفكر بها ؛ أنا الذي منحتك القدرة على التفكير ؛ إذن إليك المزيد مما لا تريده ولا تملكه " . أما استجابة الأنا المسيطرة فسوف تكون كالتالى : " إن رغباتى قد تم إنكارها ! " ولكن الحقيقة هى أن المصدر الكونى يعرف الوفرة والعطاء فقط وسوف يمدك بفيض من المال لو كان عزمك هو : " إننى أملك ما يكفى من المال وأسمح للمزيد مما أملكه بالفعل بأن يتدفق إلىّ " .

الآن قد يبدو لك هذا على أنه سخف ولا يعدو كونه تلاعباً بالألفاظ ؛ ولكننى أؤكد لك أن هذه هى تحديداً الطريقة التى يعمل بها العقل الكونى للعزيمة . فكلما زاد توافقك واتساقك مع طاقة العزيمة التى جاءت بك إلى هنا ؛ فاضت عليك بالوفرة والسخاء . تخلص من مفهوم النقص لأن النقص ليس سمة من سمات الله . إن المصدر الخالق سوف يتفاعل مع مفهومك واعتقادك بالنقص بتحقيق هذا المعتقد .

و الآن ؛ فكر ثانية فى الملاحظة الافتتاحية لهذا الفصل : " غيِّر الطريقة التى تنظر بها إلى الأشياء وسوف تتغير الأشياء التى تنظر إليها " . إننى أؤكد لك أن العقل الكونى لن يتدفق إلا عندما تكون منسجماً مع طبيعته الذاتية ؛ التى تمنح الوفرة الفياضة . ابق فى حالة انسجام مع هذه الطبيعة وسوف تتحقق كل رغباتك ؛ إن العقل الكونى لا يعرف طريقاً آخر . فإن أخبرت العقل الكونى بما تريده ؛ فسوف يتجاوب بأن يتركك فى حالة انتظار دائم بدون أن تصل أبدا ؛ كما أنه سوف يبقيك فى حالة احتياج دائم . ولكن إن شعرت بأن ما أنت عازم عليه قد تحقق بالفعل ؛ فسوف تتوحد مع عزيمتك . لا تسمح بأى لحظة شك أو رفض من قبل الآخرين بأن تتسلل إلى نفسك ؛ إنك سوف تكون فى حضرة مجال العزيمة المبدعة .

فلا يمكن أن تكون قد نبعت من نقص ؛ ولا يمكن أن تكون قد نبعت من التقتير ، كما لا يمكن أن تكون قد نبعت من الحاجة . يجب أن تنبع من نفس السمات والصفات التى سمحت بكل شيء . إن كلمة " السماح " هذه غاية فى الأهمية . دعنا نلق نظرة على كلمة " سماح " وكيف أنه كثيرا ما يتم تجاهلها أثناء سعيك لإظهار شعورك بالنجاح واجتذاب الوفرة الفياضة .

فن السماح

إن العقل الكونى للخلق فى حالة إمداد دائم . إنه لا يغلق خزائنه أبداً . ليست هناك عطلات ؛ إنه فى حالة عطاء فياض مستمر . كل شيء وكل شخص ـ بلا استثناء ـ قد نبع من العقل الكونى الذى نطلق عليه اسم العزيمة . فإن كان كل شيء قد نبع من هذا المجال اللانهائى للطاقة غير المرئية ؛ فلِمَ يتواصل البعض معها بينما يبقى الآخرون منفصلين عنها ؟ إنها طاقة معطاءة بلا حدود ؛ إنها فيض وفرة وعطاء ؛ إذن فهذا يعنى أن هناك شكلاً من أشكال المقاومة يحول دون السماح لهذه الوفرة بأن تتجلى فى حياتك ؛ هذا إن كنت تعانى من أى نقص أو تقتير .

إن السماح لمصدر العطاء بأن يتدفق فى حياتك يعنى أن تصبح واعياً ومدركاً للمقاومة التى سوف تعترض بها طريق الوفرة الفياضة التى تكون فى حالة إمداد متصل . إن كان الكون قائماً على الطاقة والاجتذاب ؛ فهذا يعنى أن كل شيء يتذبذب بتردد معين . وعندما يكون ترددك مناقضاً لتردد المدد الكونى ؛ فسوف تخلق مقاومة ؛ مما يحول دون تدفق الوفرة الفياضة فى حياتك . إن ذبذباتك الشخصية هى مفتاح فهم فن السماح . إن الذبذبات غير المتجانسة سوف تتمثل فى المقام الأول فى أفكارك ومشاعرك . والأفكار التى تركز على ما تظن أنك لا تستحقه تعتبر أفكاراً مناقضة للطاقة . والتناقض سوف يكون حجر عثرة فى طريق مثل هذه الطاقات ؛ أى أنك بذلك تكون قد خلقت مجالاً لعدم السماح . تذكر ؛ إن الأمر كله يتوقف على تجانسك وانسجامك مع المصدر . إن أفكارك سوف

تنبع من كينونتك التى إما أن تكون فى حالة تقارب أو تناقض مع العزيمة .

ضع فى اعتبارك أنك جزء من العقل الكونى ؛ لذا فإن نظرت إلى نفسك بوصفك منسجماً مع أوجه العزيمة السبعة فإن العقل الكونى لن يسعه إلا أن يعمل فى انسجام معك . هب ـ على سبيل المثال ـ أنك تبحث عن عمل أفضل براتب أعلى . تصور نفسك وقد حصلت بالفعل على هذا العمل وأنت على يقين من أنك تستحق ذلك بدون أن يعتريك أى شك فى إمكانية الحصول على هذا العمل لأنك تراه بداخلك . وبما أنه ليس هناك تناقض فى التردد أو الذبذبات . إذن فما هو الخطأ الذى يمكن أن يقع هنا ؟ إن فن السماح سوف يتعرض للإعاقة فقط بسبب عادة عدم السماح التي تتبعها أنت .

هناك تاريخ طويل لأفكار لا تحصى قامت بتشكيل مجال المقاومة التى تقف فى طريق التدفق الحر للوفرة الفياضة . إن عادة عدم السماح هذه تنمو من معتقداتك التى شكلتها على مر السنين والتى تعتمد عليها . كما أنك أيضاً قد سمحت لمقاومة الآخرين بالظهور فى الصورة ؛ أى أنك تحيط نفسك بالحاجة إلى الموافقة والقبول فى هذه الأمور . أنت تجتذب آراءهم وتحاكيها وتقرأ القصص فى الجرائد والصحف عن الأشخاص الذين فشلوا فى الحصول على عمل يناسبهم وتطلع على التقارير الحكومية عن ضيق الفرص المتاحة فى مجال العمل ، وتدهور الاقتصاد ، وتشاهد التقارير الإخبارية فى التلفاز الذى يأسف لحاله عالم الأعمال فى كل أنحاء العالم ومن ثم تزداد مقاومتك حدة وضراوة وتأصلاً فى نفسك . لقد تشبثت بكل ما يدعم عدم السماح .

إن ما أنت بحاجة إلى عمله هو أن تنظر إلى نظام المعتقدات هذا وكل العوامل التى تدعمه وتقول : " أنا بحاجة إلى بذل جهد كبير لتغيير الأمر كله . ولكننى بدلاً من ذلك ؛ سوف أبدأ بتغيير أفكارى التى تدعم عدم السماح هنا والآن " . لا تكترث بما كنت تفكر فيه من قبل ؛ أو المدة التى قضيتها فى هذا التفكير ، أو كم الضغوط التى سوف تفرض عليك لكى تواصل مقاومتك . بدلاً من ذلك ؛ توقف عن دعم أفكار عدم السماح اليوم ؛

فكرة بفكرة . يمكنك أن تفعل ذلك بأن تقول : " أشعر بأنني ناجح " ؛ أو " إنني عازم على العثور على الوفرة الفياضة هنا والآن " . كرر هذه الكلمات ؛ أو أى كلمات تفضلها تعمل على شحذ أفكارك طوال ساعات استيقاظك بمعتقد جديد عن النجاح والوفرة . وعندما تنشط هذه الأفكار بما يكفى سوف تتحول عن طريقتك المعتادة فى التفكير ، وسوف تتخذ خطوات لكى تتخلص من مقاومتك للسماح .

وسوف تتحول هذه الأفكار فيما بعد إلى رسائل صامتة تقولها لنفسك : " أنا ناجح ؛ وأنا فياض " . عندما تجسد النجاح والوفرة الفياضة سوف تعيش فى انسجام مع المصدر وسوف يفعل هذا المصدر الشيء الوحيد الذى يعرف كيف يفعله . سوف يمنحك بلا حدود لأنه لا يجد مقاومة ؛ تلك المقاومة التى كنت تمثلها أنت فيما مضى . فلم تعد تشع تقتيراً ؛ فلقد أصبح كل كيانك متجانساً مع المصدر الذين نبعت منه . لقد اخترت أن تتعرف على أفكار المقاومة وأن تتخلى عنها لكى لا تبقى أنت حجر عثرة فى طريق نفسك .

وبما أن تتدرب على السماح والتخلى عن المقاومة ؛ فإن نجاحك مضمون ؛ وأمر حتمى . لن تخذلك عندها الوفرة الفياضة ؛ سوف تكون جزءاً منك . سوف تتدفق فى مستوى أعلى من مقاومتك . إليك هنا مفتاحاً آخر للتدفق الحر للوفرة الفياضة : " يجب أن تتجنب التعلق واختزان ما يظهر فى حياتك " .

الوفرة ، والانفصال ، ومشاعرك

فى الوقت الذى يجب أن تحظى فيه بتوافق ذبذبى وثيق مع الوفرة الفياضة للعزيمة ؛ يجب أن تعرف أيضاً ـ وهو ما لا يقل أهمية عن النقطة السابقة ـ أنك لا يمكن أن تتعلق بهذه الوفرة وتمتلك أياً منها مما يأتى فى طريقك . ذلك أن النفس التى تريد أن تتعلق وتلازم النجاح الذى حققته والثروة التى جنيتها لا تمثل حقيقتك أنت ؛ إنها الأنا المثيرة للقلاقل بداخلك . فأنت لا تمثل ما تملكه وما تفعله ؛ أنت كائن خالد وروحى

متنكر فى صورة شخص ناجح ؛ جنى قدراً من الممتلكات . وهـذه الممتلكـات أو الأشياء لا تمثلك أنت . لذلك يجب أن تتجنب التعلق بهذه الأشياء بـأى صورة من الصور .

إن الانفصال ينبع من معرفتك بأن جوهرك الحقيقى هو جـزء مـن مجـال العزيمة اللانهائى . عندها فقط سوف تدرك أهمية مشـاعرك . سـوف يكـون شعورك بالرضا أهم بكثير من تلميع ما تملكه من مجوهرات . كما أن الشعور بالوفرة الفياضة سوف يكون أكثر أهمية من المال الـذى تقتنيـه وأكثـر أهميـة من الصورة التى يراك بها الآخرون . إن الشـعور الحقيقـى بـالوفرة الفياضـة والنجاح سوف يعتريك عندما تفصل نفسك عن الأشياء التـى ترغـب وتسـمح لها بأن تتدفق إليك ، ولكن الأهـم أنهـا تتـدفق مـن خلالـك . إن أى شـيء يعوق تدفق الطاقة سوف يوقف عملية خلـق العزيمـة بسـبب العقبـات الـتي تضعها أنت فى الطريق .

إن التعلق هو إحدى هذه العقبات . فعندما تتعلق بما يصلك بـدلا مـن أن تسمح بتدفق المزيد منه مـن خلالـك ، فسـوف توقـف بـذلك التـدفق الـوارد إليك . فإن ادخرت هذا التـدفق أو قـررت أن تمتلكـه فسـوف يتوقـف علـى الفور . يجب أن تدعه يدور ويتحرك على أن تعرف يقينـاً أنـه لـيس هنـاك قوة يمكن أن تحول دون تدفقه فى حياتـك باسـتثناء المقاومـة التـى تفرضـها أنت على طريقه . إن مشاعرك وعواطفك هـى عبـارة عـن بـاروميتر حسـاس لتتبع المقاومة وتقييم قدرتك على العيش فى ظل النجاح والوفرة .

انتبه إلى مشاعرك . مشاعرك هى التجارب الداخلية التى تخبرك بمقدار الطاقة الروحية التى يجب أن تسـتدعيها لكـى تحقـق رغباتـك. إن المشـاعر يمكن أن تكون أدوات قياس لتقييم مستوى أدائك . إن الاسـتجابة العاطفيـة المتميزة فى هذا الصدد تعد إشارة إلى أنك تستدعى الطاقـة الروحيـة للعزيمـة وأنك تسمح بتدفق الطاقة من خلال عدم إبداء أى مقاومة مـن جانبـك لهـا . إن مشاعر الحب ، والسعادة الخالصة ، والتبجيل ، والتفاؤل التام ، والثقة المتناهية ، وحتى البصيرة هى إشارة إلى أن رغبتك فى النجاح والوفرة سوف تتحقق وكأنك قد حصلت على قوة دافعة عظيمة من المصدر الكونى . يجـب

أن تتعلم كيف تلتفت جيداً إلى وجود هذه المشاعر . إن هذه العواطف والمشاعر ليست مجرد أوجه للحياة خالية من الطاقة ؛ إنها ليست عوامل لتنظيف وتطهير صلتك بالعزيمة . إن هذه المشاعر سوف تخبرك تحديداً بكم الطاقة الحياتية التى تستدعيها ومقدار الطاقة الدافعة التى تصلك فى وقت معين .

إن الوفرة الفياضة هى الحالة الطبيعية للعزيمة . إن رغبتك فى الوفرة يجب أن تتدفق بحرية وبدون مقاومة . إن أى تمييز بين العزيمة أو الرغبة الشخصية واعتقادك بإمكانية استدعائها فى حياتك سوف يخلق مقاومة . إن كنت تريد هذه الطاقة ولكنك ترى أنه يستحيل عليك أن تحصل عليها ، أو أنك غير جدير بها ، أو أنك لا تملك المهارة أو المثابرة ، فهذا يعنى أنك قد خلقت مقاومة وعدم سماح بالتدفق . إن مشاعرك هذه هى إشارة إلى مدى كفاءتك فى اجتذاب الطاقة اللازمة لتحقيق رغبتك . إن مشاعر اليأس أو القلق ، أو اللوم ، أو الكراهية ، أو الخوف ، أو الغضب ، أو الخزى القوية سوف تبعث لك برسالة أنك تريد الوفرة والنجاح ولكنك لا تعتقد أن هذا ممكن . إن هذه المشاعر السلبية هى مفتاحك لكى تبذل جهدك ، وتوازن بين رغباتك وبين العقل الكونى للعزيمة ؛ الذى يعتبر المصدر الوحيد لرغباتك . إن المشاعر السلبية سوف تخبرك بأن القوة الدافعة التى تجتذبها من العزيمة ضعيفة أو حتى غير موجودة . أما المشاعر الإيجابية فهى بمثابة إشارة إلى أنك تتواصل مع طاقة العزيمة .

لعل أكثر الطرق فاعلية لزيادة القوة الدافعة للعزيمة فيما يخص الوفرة الفياضة بالنسبة لك هى أن تحول تركيزك عن الدولارات ، وتركز على خلق صداقة فياضة والشعور بالأمان والسعادة والصحة والطاقة المرتفعة . هنا سوف تشرع فى الشعور بهذه المشاعر العليا ؛ التى سوف تؤكد لك أنك قد عدت ثانية إلى لعبة التواصل مع المصدر . بينما تركز على امتلاك السعادة الفياضة والصحة والأمان والصداقة ؛ سوف تتدفق إليك كل وسائل تحقيق ذلك . إن المال هو وسيلة واحدة فقط من هذه الوسائل ؛ وكلما زادت سرعة إشعاع ذبذبات الطاقة حول الوفرة الفياضة ؛ توافر لك المال بكميات هائلة . إن هذه المشاعر الإيجابية هى عبارة عن مؤشرات لأنك تجتذب الطاقة الدافعة للنجاح والوفرة الفياضة مما سوف يساعدك على إبداع عزيمتك .

ولا أعني بهذا أن تكتفي بانتظار هبات السماء . وإنما ما أريد قوله هو أنك بقولك : " أنا عازم على الشعور بالنجاح واجتذاب الرخاء " ، سوف تحدث تحولا على مستوى الطاقة العاطفية وسوف تتصرف وكأن رغباتك قد تحققت بالفعل . سوف تكون أفعالك فى حالة انسجام مع أوجه العزيمة وسوف تحصل على ما تريده ؛ بدلاً من أن تسعى إلى الحصول على ما تراه ناقصاً .

عند هذه المرحلة من حياتي ؛ أرفض أن أستسلم إلى أى رغبة ما لم أكن واثقا تماما من أنني لا أملك أى مقاومة معرفية ، مما يضمن تحقق الرغبة من قبل المصدر الخالق للعزيمة . إن رغبتي بالنسبة للمؤشرات الشخصية للوفرة قد تحققت من خلال عكوفي على ما أكتبه إليك هنا ؛ وبرنامج الخطوات العشر التالى . لقد تمكنت من أن " أسمح " بالتخلص من المقاومة والتواصل مع المصدر المبدع . إننى أثق فى هذا المصدر تماماً . وعلى مر السنوات ؛ تعلمت أننى إن رغبت فى حدوث شيء يبدو مستحيلاً ؛ فسوف أشعر بالضيق . بعدها رأيت أننى يجب أن أقلل من رغباتى ، ولكننى وجدت نفسى عندها أكثر تباعداً عن طاقة العزيمة . وكنت مازلت فى حالة عدم انسجام متذبذب مع الوفرة الفياضة للكون .

بدأت عندها أدرك أن انسجامى مع الوفرة الفياضة لن يسبب الفقر أو الجوع للآخرين . بل إن الوفرة التى خلقتها قد منحتنى - على العكس - فرصة لكى أساعد فى التصدى للجوع والفقر . ولكن ما تأكد لى هو أننى أدركت أن فرصتى فى مساعدة الغير سوف تتراجع إن بقيت عند التردد المنخفض . تعلمت أننى يجب أن أرتقى بانسجامى التذبذبى مع المصدر . لعل أحد الأسباب التى دفعتنى إلى كتابة هذا الفصل بهذه الطريقة هو إقناعك بأنك لا يجب أن تسعى لتقليل رغباتك أو أن تشعر بالذنب لأنك تريد الوفرة ، لقد خُلقت هذه الوفرة من أجلك ؛ ولقد خُلقت بلا حدود .

* * *

إننى أعيش وأتنفس ما أكتبه هنا عن النجاح والوفرة . إننى أعرف بلا أدنى شك أنك قادر على اجتذاب الوفرة ، والشعور بالنجاح بالاستيعاب التام

للرسائل الموجهة إليك من خلال هذا الفصل ؛ والتى تشبه الوفرة التى تطلبها من حيث تدفقها من المصدر الكونى من خلالى إلى هذه الصفحات . ليس هناك تمييز بين رغبتى فى كتابة كل شيء هنا واستعدادى للسماح بتدفقها الحر إليك بدون أية عوائق . كيف عرفت ذلك ؟ إن مشاعرى فى هذه اللحظة تسودها السعادة الخالصة والطمأنينة والتبجيل . إننى أثق فى هذه الحالة العاطفية ؛ التى تعد إشارة إلى أننى أستمد طاقة دافعة بالغة القوة لخلق مثل هذه الرسائل من روح العزيمة المبدعة . إننى أعيش حالة انسجام ، كما أن الوفرة الفياضة ومشاعر النجاح هى عزمى الذى تحقق . جرب ذلك على أى شيء تريد أن تراه يتدفق بوفرة فى حياتك .

حوِّل عزيمتك إلى واقع

إليك برنامجاً مكوّناً من عشر خطوات لتطبيق العزيمة فى هذا الفصل لكى تشعر بالنجاح وتجتذب الوفرة الفياضة فى حياتك :

الخطوة ١ : انظر إلى العالم بوصفه مكاناً وافر العطاء ومانحاً وصديقاً . ثانية ؛ أكرر أنك عندما تغير نظرتك إلى الأشياء ؛ سوف تتغير الأشياء التى تنظر إليها . فعندما تنظر إلى العالم على أنه متدفق العطاء وأنه صديق ؛ فسوف يتحول عزمك إلى إمكانات حقيقية . سوف يتحول ما تنظر إليه إلى حقيقة واقعة لأنك سوف تعيش عالمك من خلال التردد المرتفع . فى هذه الخطوة الأولى ؛ سوف تكون مستقبلاً للعالم الذى سوف يمنحك بدلاً من أن يقتنص منك . سوف تشهد عالماً يريدك أن تكون ناجحاً وفياض العطاء بدلاً من أن تراه وكأنه يتآمر ضدك .

الخطوة ٢ : أكد لنفسك الآتى : " إننى أجتذب النجاح والوفرة الفياضة فى حياتى لأن هذه هى طبيعتى " . سوف يجعلك فى حالة انسجام مع المصدر . إن هدفك هو أن تتخطى أية عوائق تحول بينك وبين رغباتك مما سوف يسمح لك باجتذاب القوة الدافعة فى حياتك . إن الوفرة الفياضة والنجاح لا يقفان فى الخارج بانتظار رغبتك فى أن يظهرا . بل

إنك بالفعل تملكهما ؛ والمصدر لا يملك إلا أن يمدك بما يملكه وبالتالى ما أنت عليه بالفعل .

الخطوة ٣ : ابق فى حالة سماح . إن المقاومة هى حالة عدم انسجام بين رغبتك فى الوفرة ومعتقداتك بشأن قدرتك ومدى أحقيتك لما ترغبه . إن السماح يعنى التوافق المثالى ، ويعنى أنك تتجاهل كل الجهود التى يبذلها الغير لإثنائك عما تريد ، كما أنه يعنى أيضاً أنك لا تعتمد على الأنا الغالية الخاصة بك والتى تحركها معتقداتها الخاصة بشأن الوفرة الفياضة وما إن كانت تشكل أو لا تشكل جزءاً من حياتك . إن السماح يعنى أن كل مقاومتك المتمثلة فى الأفكار ، أو السلبية ، أو الشك قد استبدلت بإيمانك بأن الله يسمع دعاءك . تصور الوفرة الفياضة وهى تتدفق بحرية فى اتجاهك . ارفض عمل أى شيء أو قبول أية فكرة تزيد من توافقك مع الخالق .

الخطوة ٤ : استخدم اللحظات الراهنة لتنشيط الأفكار المنسجمة مع الأوجه السبعة للعزيمة . إن الكلمة الرئيسية هنا هى " اللحظات الراهنة " . لاحظ الآن ؛ فى هذه اللحظة ؛ إن كنت تظن أنه يستحيل عليك فى هذه المرحلة من حياتك أن تغير الأفكار التى تشكل معتقداتك . هل تقهر نفسك بالتفكير بأنك قد قضيت حياة طويلة تؤكد فيها لنفسك على التقتير وخلق المقاومة للنجاح والوفرة الفياضة وبأنه لم يعد لديك ما يكفى من الوقت لكى تقوِّم هذه الأفكار التى تشكل معتقداتك ؟

قرر أن تتخلص من هذه المعتقدات التى كبلتك طوال حياتك وابدأ الآن بتفعيل الأفكار التى سوف تشعرك بأنك فى حالة جيدة . قل : " أنا أريد أن أشعر بأنى فى حالة جيدة " كلما سعى أى شخص لإقناعك بأن رغباتك عديمة القيمة . قل : " أنا أريد أن أشعر بأننى فى حالة جيدة " ، عندما تشعر بأنك على وشك السقوط فى هوة الطاقة المنخفضة المفتقدة إلى الانسجام مع العزيمة . سوف تعمل اللحظات الحاضرة فى النهاية على تنشيط أفكارك التى سوف تشعرك بأنك فى حالة جيدة وهو مؤشر إلى استعادتك لتواصلك مع العزيمة . إن شعورك بأنك تعيش فى حالة جيدة يعنى تواصلك بالله لأن الله هو مصدر كل شيء جيد فى الوجود .

الخطوة ٥ : بادر بالأفعال التى تساند مشاعرك بالوفرة والنجاح . الكلمة الأساسية هنا هى الأفعال . كنت قد أطلقت على هذا الأمر اسم " التصرف كما لو كان " ، أو التفكير من النهاية والتصرف من هذا المنطلق . حفز نفسك للوصول إلى الوفرة الفياضة ومشاعر النجاح . تصرف من منطلق هذه المشاعر المتأججة كما لو كانت الوفرة الفياضة والنجاح الذى تبحث عنه قد تحقق بالفعل . تحدث مع الغرباء بنبرة حب فى صوتك . رد على الهاتف بطريقة موحية . أجر الاختبار الشخصى للوظيفة من منطلق الثقة والسعادة . اقرأ الكتب التى تظهر فى طريقك بشكل فجائى وانتبه إلى الرسائل التى تصلك من خلالها .

الخطوة ٦ : تذكر أن رخاءك ونجاحك سوف يفيد الآخرين ، وأن حصولك على الوفرة الفياضة لا يعنى حرمان شخص آخر منها . وثانية أكرر أن المدد لانهائى . فكلما أخذت من السخاء الكونى ؛ زاد مقدار ما سوف تقتسمه مع الآخرين . عند كتابة هذا الكتاب ؛ تدفقت الوفرة الرائعة فى حياتى بطرق عدة . ولكن الشيء اللافت هو أن محررى الكتاب والمصممين وسائقى الشاحنات ممن كانوا ينقلون الكتاب والعاملين فى تصنيع الشاحنات والزراع الذين كانوا يغذون العاملين فى صناعة الشاحنات وموظفى متاجر الكتب ....كلهم قد حصلوا على الوفرة الفياضة لأننى قد تبعت حدسى وألفت هذا الكتاب .

الخطوة ٧ : راقب مشاعرك بوصفها المرشد إلى تواصلك مع العقل الكونى للعزيمة . إن المشاعر القوية مثل الحب ، والسعادة هى مؤشرات إلى تواصلك مع الروح أو الإلهام . فعندما تكون ملهماً ؛ تنشط القوى الخاملة وتزيد من تدفق الوفرة الفياضة إلى حياتك . أما عندما تعيش فى ظل مشاعر الطاقة المنخفضة مثل الغضب ، والكراهية ، والقلق ، واليأس ، ومثل هذه المشاعر فهذا دليل على عدم توافقك واتصالك بطاقة العزيمة مهما كانت رغباتك قوية . ذكر نفسك فى مثل هذه اللحظات بأنك تريد أن تشعر بأنك فى حالة جيدة ، وانظر إن كان بوسعك أن تنشط فكرة سوف تدعم لديك هذا الشعور الجيد .

الخطوة ٨ : كن سخياً مع العالم من خلال وفرتك كسخاء طاقة العزيمة معك . لا توقف تدفق الطاقة الفياضة بسعيك لامتلاك ما تحصل عليه . حافظ على تدفق الوفرة . كرّس رخاءك لخدمة الآخرين ، وخدمة قضايا تتعدى حدود الأنا الخاصة بك . فكلما مارست الانفصال؛ بقيت فى حالة انسجام متذبذب مع المصدر المعطاء .

الخطوة ٩ : كرِّس الوقت اللازم لكى تتأمل الروح بداخلك كمصدر للنجاح والوفرة الفياضة . ليس هناك بديل للتأمل . إنه يرتبط بشكل خاص بالوفرة . يجب أن تملك فهماً لكون إدراكك للحاضر هو مددك . إن ذكر اسم الله بداخلك هو إحدى التقنيات القديمة المعروفة . إننى أفضل شخصياً أحد أشكال التأمل التى يطلق عليها اسم " جابا " والتى أشرت إليها سابقاً .

الخطوة ١٠ : نمِّ شعورك بالامتنان لكل ما يظهر فى حياتك . كن شاكرا ومفعما بالانبهار والتقدير حتى إن لم يكن ما تتمنى حدوثه قد حدث بالفعل . وحتى أحلك الأيام فى حياتك يجب أن تشعرك بالامتنان . إن كل شيء يصل من المصدر قد جاء لهدف وغاية . كن شاكراً لكى تدعم استعادة تواصلك مع المصدر الذى جئت منه وجاء منه كل شيء آخر .

* * *

إن الطاقة التى تخلق العوالم والأكوان تكمن بداخلك . وهى تعمل من خلال الجذب والطاقة . فكل شيء يملك ذبذبة ؛ وكل شيء يملك تردداً متذبذباً ؛ وكما قال " سانت بول : " إن الله قادر على منحك كل شيء وكل نعمة بلا حدود " . اقترب من الله عز وجل وسوف تدرك هذه الحقيقة دون أن يعتريك أدنى شك !



إن عزمى هو : أن أعيش حياة هادئة خالية من الضغوط

" إن القلق هو علامة النفس غير المطمئنة "

- " توماس ميرتون "

" طالما آمنا من أعماق قلوبنا بأن قدرتنا محدودة وازداد شعورنا بالقلق والتعاسة ، فهذا يعنى أننا نفتقر إلى الإيمان . إن الشخص الذى يؤمن بحق بالله لا يحق له أن يقلق بشأن أى شيء "

- " بارماهنسا يوجانادا "

إن تحقيق العزيمة لكى تحيا حياة هادئة خالية من الضغوط هو وسيلة لتحقيق قدرك الأسمى . يبدو لى أن ما كان يريده لنا الخالق عندما جاء بنا إلى هنا هو أن نحيا تجارب ممتعة وسعيدة على الأرض . فعندما تكون فى حالة سعادة وفرح ؛ تكون بذلك قد عدت إلى السعادة الخالصة الخالقة الغامرة المجردة من إصدار الأحكام التى تمثل حقيقة العزيمة . إن حالتك الطبيعية التى خُلقت منها هى هذا الإحساس بتحسن الحال . وينصب هذا الفصل على حثك على الرجوع والوصول إلى حالتك الطبيعية .

لقد خلقت من مصدر آمن وسعيد . وعندما تكون فى حالة سعادة غامرة وفياضة ؛ فسوف تشعر بالسلام مع كل شيء . وهذا هو العزم الذى جئت به إلى هنا وهو ما قدّر لك أن تتوافق معه من خلال أفكارك ومشاعرك وأفعالك . أنت فى حالة السعادة ؛ سوف تشعر بالرضا والإلهام فى كل أوجه حياتك . أى أنك باختصار عندما تتحرر من القلق والضغوط سوف تجد طريقك إلى التواصل مع مجال العزيمة . إن الأوقات التى تقضيها فى حياتك فى حالة سعادة ، ورضا ، وانطلاق ، وحيوية ، وأن تشعر بأهمية وجودك فى الحياة هى الأوقات التى تكون فيها فى حالة توافق تام مع العقل الكونى الخالق للعزيمة .

عندما تعيش حياة مليئة بالضغوط ، والقلق ، واليأس ، والاكتئاب ، والحاجة إلى مهدئات فليست هذه حالة طبيعية . إن الأفكار القلقة المشحونة التى تسبب ارتفاع ضغط الدم وتوتر المعدة بسبب الحالة العصبية وتكرر نوبات الثورة والاكتئاب تسرق حالتك الطبيعية . صدق أو لا تصدق ؛ أنت تملك القوة والطاقة لخلق حياة هادئة طبيعية خالية من الضغوط ؛ تلك الحياة التى تتطلع إليها . ويمكنك أن توظف هذه الطاقة لاجتذاب إما الإحباط أو السعادة ؛ وإما القلق أو السلام . وعندما تكون متجانساً مع الأوجه السبعة للعزيمة ؛ سوف تتمكن من الوصول والاستقاء من مصدر الخلق لكى تحقق عزمك فى أن تكون كائناً حراً وهادئاً .

إذن إن كان من الطبيعى أن تشعر بأنك فى أحسن حال ؛ فما هو سبب إصابتنا بالتوتر وعدم الرضا الذى كثيراً ما يعترينا ؟ والإجابة عن هذا السؤال سوف ترشدك إلى الحياة المطمئنة التى تتطلع إليها .

الضغوط هى رغبة الأنا

تعمل الأنا المزعجة عندما تشعر بالضغوط أو القلق . ربما تشعر ذات الأنا بأنها أكثر كفاءة فى التعامل والتكيف مع الضغوط لأنك عندها تشعر بأنك تفعل شيئاً فى هذا العالم . ربما تكون عادة أو تقليداً أو اعتقاداً بأن هذه هى الطريقة الصحيحة . أنت وحدك الذى يملك القدرة على تحليل السبب .

ولكن الحقيقة هي أن الضغوط شيء مألوف وأن السكينة والهدوء هي الشيء غير المألوف ؛ إذن الأنا تحب الضغوط .

ولكن ليس هناك ضغوط أو قلق حقيقي في العالم ؛ إن أفكارك هي التي تخلق هذه المعتقدات الباطلة . فأنت لا تستطيع أن تحزم الضغوط ، أو تلمسها ، أو تراها . هناك فقط شخص يعيش تحت وطأة الأفكار الضاغطة . وعندما نفكر من منطلق الضغوط ؛ نخلق تفاعلات داخل الجسم ، ورسائل قيمة أو إشارات تستدعي الانتباه . قد تكشف هذه الرسائل عن نفسها في صورة غثيان ، أو ارتفاع ضغط الدم ، أو اضطراب المعدة ، أو عسر الهضم ، أو القرح ، أو الصداع ، أو زيادة معدل ضربات القلب أو صعوبة التنفس أو الملايين والملايين من المشاعر الأخرى ، متدرجة من أي ضيق أو عدم ارتياح بسيط إلى المرض الخطير الذي يهدد الحياة .

ونحن نتحدث عن الضغوط كما لو كانت شيئاً موجوداً في هذا العالم يسعى للانقضاض علينا ومهاجمتنا . كما نقول عبارات مثل : " إنني مصاب بنوبة قلق " وكأن القلق قاتل . ولكن الضغوط التي تشعر بها داخل جسمك نادراً ما تكون نتيجة قوى خارجية أو كيانات مهاجمة لك ؛ وإنما هي نتيجة ضعف الصلة التي تربطك بالعزم الناجم عن اعتقادك بأن الأنا هي ماهيتك التي تمثلك . أنت سلام وسعادة ؛ ولكنك سمحت للأنا بأن تستحوذ وتسيطر على حياتك . إليك قائمة مختصرة للأفكار المسببة للضغوط التي تنبع من ذات الأنا :

- الأهم هو أن أكون على صواب وليس أن أكون سعيداً .
- الفوز هو المكسب الوحيد . وعندما تخسر يجب أن تشعر بالضغوط .
- سمعتك أهم من علاقتك بالمصدر .
- يقاس النجاح بمقدار ما تحصده من مال وممتلكات وليس بالشعور بالسعادة والرضا .
- التفوق على الآخرين أهم من حسن معاملتهم .

القصة الطريفة التالية التى تحث على عدم التعامل مع الذات بجدية مقتبسة من كتاب " روزموند " ، و " بنجامين زاندر " (مرشد بوسطن فيلارمونيك) بعنوان The Art of Possibility . تلقى القصة الضوء بطريقة رائعة على الطريقة التى نسمح بها للأنا بخلق الكثير من المشاكل التى نطلق عليها اسم الضغوط والقلق .

جلس اثنان من الوزراء فى إحدى الغرف لمناقشة بعض شئون الدولة . وفجأة دخل عليهما رجل فى حالة ثورة ، وهياج ، وأخذ يصيح ويدق على المكتب بقبضة يده . فعاتبه الوزير المقيم وذكره قائلا : " برجاء تذكر القاعدة السادسة يا " بيتر " وفجأة استعاد " بيتر " كل هدوئه واعتذر وانسحب . وما إن واصل الوزيران حديثهما حتى قاطعتهما بعد مرور عشرين دقيقة سيدة فى حالة هيستيرية ، أخذت تتحدث بعصبية بينما كان شعرها يطير فى الهواء . فقاطعها الوزير قائلاً مرة أخرى : " مارى ، أرجوك تذكرى القاعدة السادسة " ، فنزلت السكينة والهدوء عليها فجأة وانسحبت هى الأخرى وهى تحييه وتعتذر عما بدر منها . وعندما تكرر نفس المشهد للمرة الثالثة ، خاطب الوزير الضيف الوزير المضيف قائلا : " يا صديقى العزيز ، إننى رأيت الكثير فى حياتى ولكننى لم أر شيئا كهذا من قبل . هل لك أن تفصح لى عن سر القاعدة السادسة ؟ " فأجابه الوزير المقيم قائلاً : " إنه أمر بسيط للغاية ، القاعدة السادسة هى لا تنظر لنفسك وكأنك أهم شخص فى الوجود " . قال الضيف : " آه ، إنها قاعدة ذهبية " ، وبعد لحظة تفكر سأل الضيف مضيفه قائلاً : " وهل لى أن أعرف باقى القواعد ؟ " .

فأجابه : " ليست هناك قواعد أخرى " .

عندما تواجه الضغوط أو القلق فى حياتك تذكر "القاعدة السادسة " فى هذه اللحظة ، التي تدرك فيها أن الأفكار الضاغطة قد اعترتك . إن ملاحظة حوارك الداخلى الذى سبب لك الضغوط ومقاطعته قد يمكنك من تدارك آثاره البدنية . ما هى الأفكار الداخلية التى تسبب الضغوط ؟ إنها أفكار مثل : " أنا أكثر أهمية من كل من حولى " و " إن رغباتى لم تلب " ، أو " كان يجب ألا أنتظر ، فأنا مهم للغاية ، لأننى العميل هنا ، ويجب أن أحظى بالاهتمام الكافى " ، أو " لا أحد غيرى يعانى من كل هذه الضغوط " . إن كل ما تقدم

فضلاً عن قائمة لا تنتهى من أفكار " القاعـدة السادسـة " هـو نتـاج تحايـل الأنا .

أنت لا تمثل عملك أو إنجازاتـك أو ممتلكاتـك أو بيتـك أو أسـرتك....أو أى شيء . أنت ظاهرة من ظواهر طاقة العزيمة ؛ ترتـدى رداءً بـدنياً بشـرياً وجسداً عازماً على عيش الحياة والاستمتاع بها على ظهر الأرض . وهذا هـو العزم الذى يجب أن تواجه به الضغوط .

استحضار العزيمة في مواجهة الضغوط . فى أى يوم من الأيام ؛ أنـت تملك مئات الفرص لكى تطبق "القاعدة السادسة " باستحضار طاقـة العزيمـة في الحال وتجنب أى فرصة للسـقوط تحـت طائلـة الضـغوط . إليـك بعـض الأمثلة عن كيفية توظيـف هـذه الاسـتراتيجية . فـى كـل مثـال مـن الأمثلـة التالية ، سعيت لتنشيط فكرة داخلية فى حالة انسجام تذبذبى مـع المجـال الكوني للعزيمة ؛ وقد حققت من خلال ذلك عزمى الشخصـى فـى أن أكـون هادئاً . لقد حدثت الأمثلة الثلاثة على مدى ثلاث ساعات فـى أحـد الأيـام العادية . وإننى أقدم هذه الأمثلة إليك لكى تذكرك بـأن الضـغوط والقلـق مـا هما إلا اختيار نتخذه لكى نواجه الأحداث فضلاً عـن الأشـياء المتربصـة بنـا فى الخارج لكى تقتحم حياتنا .

- ذهبت لصرف بطاقة طبية من الصيدلية فإذا بالرجل الذى يقـف أمـامى يطرح علـى الطبيـب سلسـلة مـن الأسـئلة بـدت لى كلـها أسـئلة واهيـة صورتها لى الأنـا علـى أنهـا أسـئلة مقصـودة ومتعمـدة لتـأخيرى وإثـارة ضيقى . حوارى الداخلى فى هذه الحالـة يمكـن أن يكـون كـذلك: لقد سقطت ضحية هذا الشخص ! هناك دائماً شخص مزعج يسـبقنى فـى الصـف ؛ إنه عاجز عن توفير ما يلزم كى يحظى بخدمات التـأمين الصـحى أو شـىء مـن هذا القبيل ؛ وبالتالى فهو يطرح أسئلة سخيفة المقصود من ورائهـا أن يـؤخرنى عن صرف بطاقتى " .

إننى أستخدم هـذه الأفكـار كإشـارة لتغـيير حـوارى الـداخلى إلى : " واين " ؛ كف عن التعامل مع نفسك وكأنك أهم شخص فى الوجـود ! وهكـذا أتحول علـى الفـور مـن حالـة الحنـق إلى حالـة الرضـا . إننـى أصـرف

تركيزى عن ذاتى وفى نفس الوقت أزيح المقاومة من طريق عزمى لكى أعيش حياة هادئة خالية من الضغوط . إننى الآن أرى هذا الشخص على أنه ملاك واقف أمامى فى الصف يسعى لمساعدتى للتواصل مع عزمى . وهنا أكف عن الإدانة وإصدار الأحكام وأشرع فى مراقبة الجمال فى حركاته البطيئة المتعمدة . وأشعر بالطيبة داخل نفسى تجاه هذا الملاك . لقد انتقلت من العدوانية إلى الحب فى أفكارى ؛ بينما انتقلت مشاعرى من الإزعاج إلى الراحة . ولهذا يستحيل أن تجد الضغوط لنفسها موطئ قدم فى مثل هذه اللحظة .

- تخبرنى ابنتى التى هى فى السابعة عشرة من عمرها بأنها حانقة على أحد المسئولين فى مدرستها لأنه قد اتخذ إجراءً ضد أحد أصدقائها ترى أنه تعسفى . كان اليوم صباح السبت ولم يكن برسعها فعل أى شيء حتى يوم الاثنين . فما هو الخيار المتاح ؟ يمكنها أن تقضى يومين فى هذه الحالة البائسة مستحضرة كل تفاصيل القصة مما سوف يجعلها تقع تحت وطأة الضغوط الداخلية فى عطلة نهاية الأسبوع ، أو يمكن أن أذكرها بتنشيط الأفكار التى سوف تشعرها بأنها فى حال أفضل . فطلبت منها أن تصف لى مشاعرها ؛ فأجابتنى بأنها تشعر بالغضب والضيق والألم . وطلبت منها أن تفكر فى القاعدة السادسة وترى إن كان بوسعها أن تنشط أية أفكار أخرى .

فضحكت ؛ بل وسخرت منى ، ثم أجابتنى معترفة : " ولكن ؛ معك حق ؛ إن الغضب فى عطلة نهاية الأسبوع لن يجدى وليس له أى معنى وسوف أكف عن التفكير فى كل ما يثير ضيقى " .

ثم قلت لها : " فى يوم الاثنين سوف نرى ما يمكن فعله لإصلاح هذا الوضع ، ولكن الآن ـ والآن هو كل ما تملكين ـ تذكرى القاعدة السادسة وتواصلى مع مجال العزيمة الذى لا يعرف القلق والضغوط "

لكى تصل إلى تحقيق العزيمة التى نتحدث عنها فى هذا الفصل ؛ ولكى تحيا حياة هادئة خالية من الضغوط ؛ يجب أن تدرك أهمية الحاجة إلى تفعيل استجابات الأفكار التى تتوافق مع عزيمتك . هذه الاستجابات الجديدة سوف تتحول إلى عادة ، وسوف تحل محل العادة القديمة القائمة على الطرق المسببة للضغوط . وعندما تتفحص وتقترب من بعض المواقف والأحداث المسببة للضغوط ؛ سوف تشعر بأنك تملك دائما خياراً : " هل أبقى على الأفكار التى تسبب لى الضغوط ، أم أعمل على تنشيط الأفكار التى تصرف عنى نهائياً هذه الضغوط ؟ " إليك أداة سهلة أخرى سوف تساعدك على استبدال عادة اختيار القلق والضغوط .

سبع كلمات سحرية : " أريد أن أشعر بأننى فى حالة جيدة ! " . فى فصل سابق ؛ تطرقت إلى الطريقة التى تقودك بها مشاعرك وعواطفك وتخبرك ما إن كنت تخلق أو لا تخلق مقاومة لعزمك . إن الشعور السيئ هو إشارة لكونك لست متصلاً مع طاقة العزيمة . إن عزيمتك هنا هى أن تصبح هادئاً وخالياً من الضغوط . وعندما تشعر بأنك فى حالة طيبة فهذا يعنى أنك متصل بعزيمتك بغض النظر عن كل ما يجرى من حولك أو ما يتوقع الآخرون أن تشعر به . وإن كانت هناك حرب دائرة ؛ فمازلت تملك حق اختيار أن تكون فى حالة جيدة . إن تهاوى الاقتصاد ووصل إلى الحضيض ؛ فمازلت تملك الخيار بأن تكون فى حالة جيدة . وفى خضم أية كارثة ؛ يبقى بوسعك أيضاً أن تبقى فى حالة جيدة . إن الشعور الجيد ليس مؤشراً على أنك إنسان متبلد الإحساس ؛ أو فاقد الشعور أو شرير ؛ وإنما هو اختيار تقدم عليه . قلها بصوت مرتفع : " أريد أن أشعر بأننى فى حالة جيدة ! " ثم حول العبارة إلى : " أنا عازم على أن أشعر بأننى فى حالة جيدة " . استشعر الضغوط ثم ابعث لها بحبك واحترامك من خلال أوجه العزيمة السبعة . إن الأوجه السبعة سوف تبتسم وترحب بما تسميه الشعور السيئ . إنه هذا الاحساس الذى يريد أن يشعر بأنه فى حالة جيدة . يجب أن تتعامل مع مشاعرك بنفس الطريقة التى يتعامل بها معك مصدرك ، لكى تحبط مفعول رغبات الأنا .

هناك العديد من الأحداث التى سوف تفرض عليك استجابة سيئة . التفت لكل هذه الأحداث الخارجية ؛ وقل الكلمات السحرية السبع " أريد أن أشعر بأننى فى حالة جيدة " . فى هذه اللحظة تحديداً ؛ تبيّن ما إن كان الشعور السيئ يمكن أن يحسن من الموقف بحال . وسوف تكتشف أن الشيء الوحيد الذى يصنعه هذا الشعور السيئ فى مواجهة المواقف الخارجية هو أنه سوف يضاعف من شعورك بالقلق واليأس والإحباط وبالطبع بالضغوط . سل نفسك ـ بدلاً من ذلك ـ فى هذه اللحظة ما هى الفكرة التى يمكن أن تستحضرها لكى تشعر بأنك فى حالة جيدة ؟ عندما تكتشف أن هناك استجابة طيبة محبة للمشاعر السيئة (وهو أمر مختلف تماماً عن التخبط) سوف تشعر بتحول فى حالتك العاطفية . أنت الآن فى حالة انسجام تذبذبى مع المصدر ؛ بما أن طاقة العزيمة لا تعرف إلا السلام والطيبة والحب .

إن هذه الفكرة التى نشطت لتوها ؛ والتى سوف تسمح لك بأن تشعر بأنك فى حالة طيبة قد تدوم لبضع دقائق فقط ، وقد تعود بعدها إلى سابق عهدك وتستشعر كل الأحداث السيئة . يجب أيضاً أن تنظر إلى الطريقة القديمة فى التعامل بحب واحترام وفهم ولكن تذكر أن هذه هى ذات الأنا التى تحاول أن تحمى نفسها من الخطر المرتقب . تعد أية إشارة ضغوط وسيلة إنذار يجب أن تحملك على قول الكلمات السحرية السبع " أريد أن أشعر بأننى فى حالة جيدة " . إن الضغوط تتطلب انتباهك ! إن تفوهك بالكلمات السحرية السبع وأن تشمل مشاعر الحب المشاعر السلبية ، سوف يشرع فى تحقيق عزمك المزمع وهو العيش فى هدوء وتحرر من الضغوط . والآن يمكنك أن تتدرب على تنشيط هذه الأفكار فى ظل أحلك اللحظات ؛ ولن تمضى فترة طويلة إلا وسوف تحيا فى ظل الموعظة التالية : سوف تتخذ قراراً بشأن شيء ما ، وسوف يتحقق هذا الشيء من أجلك ، وسوف يلقى الضوء بأشعته على طريقك .

إننى أؤكد لك أن قرارك بأن تشعر بأنك فى حالة جيدة هو طريقة للاتصال بالروح . إنها ليست استجابة تنم عن تجاهل الأحداث . إن استشعارك لكونك فى حالة جيدة سوف يحيلك إلى أداة سلام ؛ إنها الأداة

التى سوف تمكنك من تخطى المشاكل . إن الشعور السيئ سوف يبقيك فى مجال الطاقة التى تخلق المقاومة لأى تغير إيجابى ، وسوف تشعرك بالتالى بالضغوط والقلق . إن الأشياء التى تطلق عليها اسم مشاكل لن تكف عن عرض نفسها عليك ، ولن تنصرف أبداً . فبمجرد أن تحل مشكلة .... سوف تطفو مشكلة أخرى على السطح !

لن تنجز أبداً كل ما تصبو إليه . فى الفصل السادس ؛ ذكرتك بأنك تملك طبيعة لانهائية . بما أنك كائن روحانى لانهائى متنكر مؤقتا فى صورة كائن بشرى ؛ فمن الضرورى أن تفهم وتعى أن اللانهائية لا تعرف بداية أو نهاية . وبالتالى ؛ فإن رغباتك وأهدافك وآمالك وأحلامك لن تنتهى أبداً ؛ أبداً ! بما أن تحقق أحد أحلامك ؛ سوف يظهر لك حلم آخر . إن طبيعة القوة الكونية للعزيمة التى نبعت منها فى صورة كائن مادى مؤقت تكون فى حالة خلق وعطاء دائم ، فضلاً عن أنها فى حالة توسع دائم . إن رغبتك فى الإنجاز فى حياتك هى جزء من هذه الطبيعة اللانهائية . حتى إن رغبت فى ألا يكون لك رغباتك ؛ فهذا فى حد ذاته رغبة !

إننى أحثك على تقبل هذه الحقيقة ببساطة ؛ إنك لن تحقق كل ما تصبو إليه وأحثك على أن تشرع فى الاستمتاع باللحظة الراهنة لتى تعيشها وتملكها ؛ إنها اللحظة الحاضرة ؛ الآن ! إن سر التخلص من كل الآثار الضارة للشعور بالضغوط أو السقوط تحت وطأتها هو أن تعيش اللحظة الراهنة . قلها بصوت عال لنفسك وكل من هو على استعداد للإنصات إليك : " إننى كائن غير كامل . وسوف أبقى دائماً هكذا لأننى لن أحقق كل ما أصبو إليه ولذلك فقد قررت أن أشعر بأننى فى حالة جيدة فى اللحظة الراهنة ؛ بأن أجتذب فى حياتى تحقق رغباتى . إن كمالى فى عدم اكتمالى ! " ، أستطيع أن أؤكد لك أن اتباع هذا الطريق سوف يستأصل من نفسك كل الضغوط والقلق الذى هو تحديداً عزيمة وهدف هذا الفصل . سوف تذوب كل المقاومات عندما تشعر بأنك مكتمل فى ظل عدم اكتمالك .

الطريق إلى أقل قدر من المقاومة

أنت تحيا في كون يملك إمكانات لانهائية للسعادة ؛ إنها إمكانات متأصلة في الخلق . إن مصدرك ؛ الذى نطلق عليه اسم العقل الكونى للعزيمة يحمل لك حباً يفوق كل تصورك . وعندما تحب نفسك بهذه الدرجة ؛ سوف تتوافق مع مجال العزيمة ؛ وسوف تكون بذلك قد وضعت نفسك على طريق اللا مقاومة . ولكن طالما بقيت لديك حتى ذرة أنا ؛ فسوف يبقى بداخلك قدر من المقاومة ؛ لذا فإنى أحثك على اتباع الطريق الذى يحمل أقل قدر من المقاومة .

إن شكل وكم أفكارك يحددان كم المقاومة . إن الأفكار التي تولد المشاعر السيئة هى الأفكار التى تولد المقاومة . فأى فكرة تضع حاجزاً بينك وبين ما تحب أن تحصل عليه أو قدرتك على اجتذاب ما تحبه في حياتك هى فكرة مقاومة . إن عزمك هو أن تعيش حياة هادئة خالية من الضغوط والقلق . أنت تعلم أن الضغوط ليس لها وجود فى العالم الخارجي ولكن هناك فقط شخصاً يفكر بطريقة تسبب له التوتر العصبى . إن الأفكار الضاغطة فى ذاتها هى أحد أشكال المقاومة . أنت لا تريد لهذه الأفكار المقاومة الضاغطة بأن تتحول إلى طريقتك المعتادة فى الاستجابة للعالم . إن التدرب والتمرس على الأفكار الأقل مقاومة سوف يدربك على إحالتها إلى طريقتك الطبيعية فى الاستجابة ومن ثم سوف تتحول إلى الشخص الأكثر هدوءاً الذى تود أن تكونه . سوف تتحول إلى شخص خال من الضغوط وخال من الأمراض التى تسببها الضغوط للجسم . إن الأفكار الضاغطة هى فى ذاتها المقاومة التى تبنيها والتى تعوق تواصلك مع طاقة العزيمة .

أنت تحيا فى عالم يروّج ويشيع الأسباب التى تسبب القلق . لقد تعلمت أن شعورك بأنك فى حالة جيدة فى ظل عالم تسوده المعاناة هو موقف غير أخلاقى . ولقد تم إقناعك بأنك إن كنت تشعر بالسعادة فى ظل أزمات اقتصادية طاحنة ؛ أو فى ظل الحروب أو فى ظل المواقف الصعبة ، أو الوفاة ، أو فى مواجهة أى كارثة فى أى مكان هو أمر غير مناسب . وبما أن هذه الظروف سوف تبقى قائمة فى مكان ما فى العالم وفى أى وقت ؛

فهذا يعنى أنك تؤمن بأنك لا يمكن أن تشعر بالسعادة وتبقى إنساناً جيداً في نفس الوقت . ولكن قد لا يكون قد خطر ببالك أن هذا الكون القائم على الطاقة والجذب أو الاجتذاب سوف يعمل على مضاعفة واجتذاب المزيد من المشاعر السيئة إن قررت أن تستسلم لها ؛ هذه هى طبيعة المصدر الذى نشأت منه ، إنه يجتذب المزيد مما تشعر به . هذه هى الأفكار التى تولد المقاومة .

إليك بعض أمثلة لعبارات على طريق المقاومة ؛ والتى تم تغييرها فيما بعد لتتحول إلى عبارات على طريق أقل قدر من المقاومة .

أشعر بعدم ارتياح حيال الوضع الاقتصادى ؛ لقد خسرت بالفعل مبلغاً كبيرا من المال .

إننى أعيش في كون فياض العطاء وقد قررت أن أفكر فيما أملكه وسوف أكون في أحسن حال . إن الكون سوف يواصل منحه .

لدى الكثير من الأشياء التى لن أتمكن من إنجازها أبداً .

إننى أعيش فى سلام فى هذه اللحظة . سوف أفكر فقط فى الشيء الوحيد الذى أفعله في الوقت الراهن . سوف أعيش فى ظل هذه الأفكار الهادئة .

إننى لن أستطيع أبداً أن أحرز تقدماً فى هذا العمل .

أفضل أن أقدر ما أفعله الآن ؛ وسوف أجتذب المزيد من الفرص الأفضل.

أشعر بالقلق حيال حالتى الصحية . أخشى أن يتقدم بى العمر وأن أمرض وأضطر إلى الاعتماد على الآخرين .

أتمتع بصحة جيدة وأنا أفكر بطريقة صحية . أعيش فى كون يجتذب الشفاء وأرفض توقع المرض .

أفراد أسرتى يسببون لى القلق والخوف .

لقد قررت أن أتخير الأفكار التى تشعرنى بأننى فى حالة جيدة وسوف يساعدنى ذلك على دعم أفراد أسرتى عند الحاجة

أنا لا أستحق أن أشعر بالسعادة فى الوقت الذى يعانى فيه الكثيرون .

إننى لم آت إلى عالم يعيش فيه كل الأشخاص نفس التجربة . إننى أشعر بالسعادة كما أن ارتفاع معنوياتى سوف يساعدنى على قهر بعض مظاهر هذه المعاناة .

كيف أشعر بالسعادة وقد هجرنى الشخص الذى أحبه وأحب شخصاً آخر .

الشعور بالتعاسة لن يجدى فى هذا الموقف . إننى واثق من أن الحب سوف يعود إلى حياتى من جديد إن عشت فى حالة انسجام مع المصدر المحب . لقد اخترت أن أعيش فى سعادة الآن وأن أركز على ما أملك بدلاً من التركيز على ما هو ناقص فى حياتى .

إن كل الأفكار المسببة للضغوط تمثل شكلاً من أشكال المقاومة التى تود أن تقتلعها . غيِّر هذه الأفكار بمراقبة مشاعرك والسعى وراء السعادة بدلاً من القلق وسوف تتواصل مع قوة وطاقة العزيمة .

حوِّل عزمك إلى واقع

إليك فيما يلى برنامج الخطوات العشر لخلق حياة هادئة خالية من الضغوط :

الخطوة ١ : تذكر أن الحالة الطبيعية هى السعادة . أنت منتج سعادة وحب ؛ من الطبيعى بالنسبة لك أن تعيش هذه المشاعر . ولكنك قد خلصت إلى شيء آخر وهو أن الشعور بالتعاسة والقلق وحتى الاكتئاب هو أمر طبيعى ، خاصة عندما تكون طاقات جميع الأشخاص والأحداث من حولك منخفضة . ذكِّر نفسك قدر المستطاع وكلما لزم الأمر بما يلى : " إننى نابع من السلام والسعادة ، يجب أن أبقى فى حالة انسجام مع المصدر الذى نبعت منه لكى أحقق أحلامى ورغباتى . لقد قررت أن أبقى فى حالتى

الطبيعية . ففي أي وقت أشعر فيه بالقلق والضغوط والاكتئاب أو الخوف ، سوف أدرك أنني لست في حالتي الطبيعية " .

الخطوة ٢ : أفكارك ، وليس العالم من حولك ، هي ما تسبب لك الضغوط . إن أفكارك سوف تنشط سلسلة من التفاعلات الضاغطة في جسدك . إن الأفكار الضاغطة تخلق مقاومة للسعادة ، والمتعة ، والوفرة الفياضة التي ترغب في خلقها في حياتك . تشمل هذه الأفكار : " لا أستطيع ؛ أنا مكبل بالأعباء ؛ أنا قلق ؛ أنا خائف ؛ أنا غير مستحق ؛ هذا لن يحدث أبداً ؛ أنا لست ذكياً بما يكفي ؛ أنا مسن للغاية (أو صغير للغاية) وهكذا " . إن هذه الأفكار بمثابة برنامج لمقاومة الهدوء ، والتخلص من الضغوط وهي الأفكار التي سوف تحول دون تنفيذك لرغباتك .

الخطوة ٣ : يمكنك أن تغير أفكارك الضاغطة في أي لحظة وتحد من القلق على مدى الدقائق القليلة التالية أو حتى على مدى الساعات أو الأيام القليلة التالية . باتخاذ قرار واعٍ بأن تخلص نفسك من القلق ؛ تكون قد بدأت بالفعل في اتخاذ خطوات للحد من الضغوط ، وفي نفس الوقت تكون بصدد استعادة اتصالك بمجال العزيمة المبدعة . فلا يمكن أن تتصل بمصدرك وأنت تحت وطأة الضغوط لأن كل حالة تطرد الحالة الأخرى . فعندما تمتنع عن التخلص من الأفكار التي تسبب لك الشعور بالضغط النفسي في لحظة ما فإنك بذلك تكون قد تخليت عن قدرتك في تنفيذ رغباتك .

الخطوة ٤ : راقب أفكارك الضاغطة باختبار حالتك العاطفية في اللحظة الراهنة لحدوثها . اطرح على نفسك الأسئلة الأساسية التالية : " هل أشعر بأنني في حالة جيدة الآن ؟ " . فإن كانت الإجابة هي كلا ؛ إذن كرر الكلمات السبع السحرية : " أريد أن أشعر بأنني في حالة جيدة " . ثم حوِّل العبارة إلى : " إنني عازم على أن أشعر بأنني في حالة جيدة " . ثم راقب مشاعرك وتتبع كم الأفكار المسببة للضغوط والقلق التي

يفرزها تفكيرك . إن عملية المراقبة هذه سوف تكون بمثابة مؤشر يدلك على ما إن كنت تسير فى الطريق الأقل مقاومة أم أنك تسير فى الاتجاه المقابل .

الخطوة ٥ : اتخذ قراراً متعمداً باختيار فكرة تنشط بداخلك المشاعر الطيبة . أحثك على اختيار فكرة تملك تأثيراً خاصاً على مشاعرك بدلاً من أن تختار فكرة شائعة أو رائجة . سل نفسك : " هل هذه الفكرة الجديدة تشعرنى بأننى فى حالة طيبة ؟ كلا ، حسناً ؛ ماذا عن هذه الفكرة ؟ ليست رائعة ؛ حسنا إليك فكرة ثالثة " . فى النهاية سوف تصل إلى الفكرة التى تشعرك بأنك فى حالة طيبة حتى إن كان ذلك بشكل مؤقت . قد يقع اختيارك على فكرة مراقبة غروب الشمس الجميل ، أو الإفصاح عن مشاعرك لشخص تحبه أو خوض تجربة مثيرة . ولكن الضرورى هو أن يكون لهذه الفكرة صدى عاطفى وجسمانى على مشاعرك الطيبة .

فى اللحظة التى تعيش فيها القلق أو الفكرة الضاغطة ؛ انتقل إلى فكرة أخرى من اختيارك ؛ تشعرك بأنك فى حالة جيدة . فعّل هذه الفكرة ؛ واشعر بها وفكر فيها واجعلها تسرى فى جسدك إن أمكن . إن هذه الفكرة الجيدة التى تشعرك بأنك فى حالة جيدة سوف تكون قائمة على التقدير وليس العكس. سوف تتمثل فى الحب ، والجمال ، واستقبال السعادة ؛ أو بعبارة أخرى ؛ سوف تتفق بشكل مثالى مع أوجه العزيمة السبعة التى لم أكف عن الحديث عنها منذ بداية الكتاب .

الخطوة ٦ : اقض بعض الوقت فى مراقبة الأطفال الرضع وعاهد نفسك على مضاهاتهم فيما يشعرون به من سعادة . إنك لم تأت إلى هذا العالم لكى تعانى وتكون قلقاً أو خائفاً أو متوتراً أو مكتئباً . وإنما جئت من عند الخالق ؛ جئت من النور والرضا . فقط راقب أى طفل رضيع صغير . إنه لا يبذل جهداً لكى يشعر بالسعادة . إنه لا يعمل ؛ كما أنه يتبول على نفسه ، وليست له أهداف تتعدى رغبته فى التوسع ، والنمو واكتشاف هذا العالم المدهش من حوله . إنه يحب الجميع ويستمتع باللهو بزجاجة من البلاستيك أو بأى إيماءة أو تعبير مضحك ترسمه على وجهك وهو يعيش حالة حب دائمة بالرغم من أنه لا يملك أسناناً أو شعراً كما أنه قصير

ومنتفخ . من أين جاء بكل هذه السعادة وكل هذا المرح ؟ إنـه مـازال يعـيش حالة انسجام مع المصدر الذى جاء بـه إلى هنـا ؛ إنـه لا يملـك أى مقاومـة للمتعة والسعادة . كن مثل هذا الطفل الرضيع الذى كنت يومـاً رضـيعاً مثلـه يرفل فى عالم السعادة والبهجـة . أنـت لسـت بحاجـة لسـبب لكـى تكـون سعيداً ....تكفى رغبتك فى أن تكون سعيداً .

الخطوة ٧ : ضع " القاعدة السادسة " دائماً في اعتبارك . هذا يعنى أن تعلق مطالب الأنا الخاصة بك والتـى تبقيـك منفصـلا عـن العزيمـة . عنـدما يكون أمامك خيار بين أن تكون محقاً أو طيباً ؛ تخير الطيبة وادفع رغبـات الأنا وأزحـها من فوق طريقك . الطيبة هى ما نبعتَ منه ولذلك فـإن ممارسـة هذه الطيبة بدلاً من الالتزام بالصواب سوف تحررك من الضـغوط فـى لحظـة الطيبة . عندما تجد نفسك نافد الصبر مع شخص ما ؛ ذكّر نفسـك ببسـاطة "بالقاعدة السادسة " وسوف تضحك في الحال من هذه الأنـا المزعجـة التـى تريد أن تضعك فى المقدمة رغم أنف الجميع والتى تريـدك أن تتعامـل علـى نحو يفوق الآخرين .

الخطوة ٨ : اقبـل إرشـاد وتوجيـه مصـدر العزيمـة . يجـب أن تكـون مستعداً للاستقبال ، ومتفهماً تماماً للتوجيهات الصادرة عن مجال العزيمـة . سوف تطرد الضغوط والقلق والاكتئاب عندما تحصل على مساعدة القوة التـى خلقتك . إن كانت هذه القوة قادرة على خلق الأشياء من العدم وقـادرة علـى خلقك أنت من لاشيء فهذا يعنى بكل تأكيد أن التخلص من بعض الضـغوط لن يكون مهمة صعبة بالنسبة لها . إننى على يقين مـن أن الله لا يريـد لنـا إلا السعادة ولكن عليك أن تُعد نفسك لذلك .

الخطوة ٩ : مارس الصمت والتأمل . لا شيء يمكن أن يزيح عن كاهلك الضغوط والقلق وكل أشكال المشاعر ذات الطاقة المنخفضة أكثـر مـن الصـمت والتأمل . إنك بهذا تتواصل بشكل مقصود مع المصدر وتطهر علاقتك وصلتك بالعزيمة . خصص بضع دقائق يومياً تمارس خلالها التأمل الهـادئ واجعـل التأمل جزءاً من شعائرك المقاومة للضغوط .

الخطوة ١٠ : ابق في حالة امتنان وانبهار . قدِّر كل ما تملكه ؛ كل ما يشكل شخصيتك ، وكل ما تلاحظه . الامتنان هو الخطوة العاشرة في كل برنامج مكوَّن من عشر خطوات لتفعيل العزيمة ؛ لأن الامتنان هو الطريق المضمون والأكيد للتصدى للحوار الداخلى المستمر الذى يدفعك بعيداً عن المثالية والمصدر . لا يمكن أن تشعر بأنك مضغوط نفسياً وتستطيع أن تقدر الأشياء من حولك في نفس الوقت .

* * *

أختتم هذا الفصل عن عزمك لعيش حياة هادئة بقصيدة للشاعر البنغالى الشهير " كلكوتا رابيندراناس طاغور " ؛ أحد أكثر الأساتذة الروحانيين الذين أفضلهم :

لقد نمت وحلمت بأن الحياة بهجة
وصحوت ورأيت أن الحياة خدمة
فنظرت إلى الخدمة على أنها بهجة

يمكنك أن تحيل عالمك الداخلى كله إلى متعة وبهجة . نم واحلم بالسعادة والبهجة وتذكر قبل كل شيء : أنك تشعر بالسعادة ليس لأن العالم على ما يرام ولكن لأن عالمك أنت هو الذى على ما يرام .

* *


الفصل الثانى عشر

إن عزمى هو : أن أجتذب أشخاصاً مثاليين وعلاقات روحية

" فى اللحظة التى يقطع فيها الشخص عهداً على نفسه ، تتحرك فيها العناية الإلهية أيضاً ، وتسير كل الأشياء لخدمة الشخص على نحو لم يكن ليحدث إلا بهذه الطريقة ... حيث تقع الأحداث غير المتوقعة ، واللقاءات غير المرتقبة ، والمساعدة المادية ؛ ويقع كل ما يفوق ما يمكن أن يحلم به أى شخص "

- " جون وولفجانج فون جوته "

إن كنت قد شاهدت فيلم " حقل الأحلام "Field of Dreams عام ١٩٨٩ ؛ فقد خرجت على الأرجح من الفيلم وأنت تحمل يقيناً بأن أى حلم تسعى لتحقيقه سوف يتحقق فى النهاية (أو أنك إن زرعت فسوف تحصد) . هذا هو ما طرأ على ذهنى عندما شرعت فى كتابة هذا الفصل لأننى أومن بأنك إن عاهدت نفسك على التوافق مع مجال العزيمة ؛ فإن كل شخص تتمنى وجوده ، أو تحتاج إليه لكى يحقق عزمك الشخصى سوف يظهر فى طريقك . فكيف يمكن أن يحدث ذلك ؟ فى السطور المقتبسة السابقة ؛ يعطيك " جوته " ـ أحد أشهر الأساتذة الموهوبين وأصحاب الإنجازات فى تاريخ البشرية ـ الإجابة . فى اللحظة التى تعاهد

فيها نفسك على أن تكون جزءاً من طاقة العزيمة ؛ ثم تتحرك العناية الإلهية صوبك ؛ سوف تتوافر لك كل المساعدات غير المتوقعة .

وسوف يظهر لك دائماً الشخص المناسب فى الموقف المناسب لكى يمد لك يد المساعدة . إن الأشخاص الذين سوف يساندونك فى عملك موجودون كما أن الأشخاص الذين سوف يساعدونك على اختيار بيتك الأمثل سوف يظهرون ؛ والأشخاص الذين سينظمون لك أمورك المالية أيضاً لإنجاز أى شيء ترغب فيه سوف يتوافرون ، كما أن السائق الذى سوف تحتاج إليه لكى تصل إلى المطار سوف يكون فى انتظارك ، والمصمم الذى طالما أعجبتك أعماله سوف يبدى رغبته فى التعامل معك ، وطبيب الأسنان الذى تحتاج إليه فى حالة طارئة بينما تمضى عطلتك الرسمية سوف يتواجد فى نفس المكان الذى تقضى فيه العطلة ، كما أن توأم روحك سوف يعثر عليك .

ولن تنته هذه القائمة ؛ لأن هناك علاقة تربطنا جميعاً ببعضنا البعض ؛ فنحن كلنا قد نبعنا من مصدر واحد كما أننا نتقاسم نفس الطاقة الروحية . وليس هناك مكان لا يهيمن عليه العقل الكونى ، ولذلك فأنت تقتسمه مع كل شخص تجتذبه فى حياتك .

يجب أن تتخلص من أية مقاومة لقدرتك على اجتذاب الشخص المناسب وإلا فلن تتعرف على هذا الشخص عندما يظهر فى حياتك اليومية . قد تكون المقاومة صعبة وتحول دون تعرفك عليه فى البداية لأن هذا هو أحد الأشكال المألوفة لفكرك ومشاعرك ومستوى طاقتك . إن كنت تعتقد أنك لن تستطيع أن تجتذب الشخص المناسب فهذا يعنى أنك اجتذبت العجز إلى حياتك . وإن تشبثت بفكرة أنك قد أصبحت ـ رغما عنك ـ ملازما للشخص الخاطئ أو أنك قد سقطت فريسة الوحدة فهذا يعنى أن طاقتك ليست متوافقة مع طاقة العزيمة وهكذا سوف تسود المقاومة . إن مجال العزيمة لا يملك خياراً إلا أن يبعث لك ويمدك بالمزيد مما ترغب فيه . وثانية أكرر ؛ اقفز قفزة خلفية فى عالم المجهول إلى حيث تعثر على إيمانك وثقتك فى العقل الكونى للعزيمة واسمح للشخص المناسب بأن يظهر فى حياتك فى الوقت المناسب تماماً .

تخلص من المقاومة من خلال السماح

إن عزمك يبدو واضحاً تماماً هنا . أنت تريد أن تجتذب الأشخاص الذين عزمت على أن يشكلوا جزءاً من حياتك ، وتريد أن تحظى بعلاقات سعيدة ومرضية وروحانية . إن المجال الكونى الخالق قد بدأ يتعاون بالفعل مع عزمك . يبدو أن كل هؤلاء الأشخاص الذين تريدهم موجودون بالفعل وإلا فإن هذا يعنى أنهم لم يُخلقوا بعد . إنهم ليسوا هنا فقط وإنما هم يشتركون معك أيضاً فى نفس المصدر الروحى للحياة ، كما أننا جميعا ننبع من نفس المصدر ، وبطريقة غير مرئية ؛ حدث التواصل الروحى بينك وبين هؤلاء الأشخاص المثاليين بالفعل . إذن ما الذى يمنعك من رؤيتهم والتواصل معهم والاقتراب منهم ؟ ولِمَ لا يظهرون عندما تكون بحاجة إليهم ؟

إن ما ينقصك لظهور هذا الشخص هو استعدادك لاستقباله . إنه موجود بالفعل . موجود بالفعل فى هذه اللحظة . وسوف يبقى دائماً موجوداً . ولكن السؤال الذى تحتاج إلى طرحه على نفسك هو : " هل أنا مستعد ؟ هل أنا مرحب ؟ وإلى أى مدى أنا مستعد لذلك ؟ " إن كانت إجابتك عن هذه الأسئلة هى أنك على أهبة الاستعداد لكى تعيش رغباتك وتحققها فسوف تشرع فى رؤية الأشخاص ليس فقط على أنهم جسد بروح وإنما على أنهم كائنات روحانية ترتدى جسداً فريداً . سوف ترى هذه الأرواح الأبدية التى نملكها جميعاً : و " أبدية " تعنى : دائمة وفى كل مكان ؛ و " فى كل مكان " تعنى أنها معك الآن فى هذه اللحظة الراهنة إن كنت ترغب فى ذلك .

أطلق ما ترغب فى اجتذابه . بمجرد أن تكوِّن صورة فى عقلك عن الشخص أو الأشخاص الذين تود أن تجتذبهم إلى حياتك الآن ؛ وتتعرف على الطريقة التى تريدهم أن يعاملوك بها والصورة التى سوف يبدون عليها يجب أن تجسد أنت ما ترغب فى الحصول عليه . فأنت تعيش فى كون قائم على الاجتذاب والطاقة . لا يمكن أن تكون لديك رغبة فى اجتذاب شخص سخى وأمين ورقيق وحليم وتتوقع أن تتحقق هذه الرغبة إن كنت

تفتقد الثقة ، وأنانياً ، ومنتقداً للآخرين ، أو متكبراً وهو ما يفسر سبب اجتذاب معظم الناس للشخص المناسب فى الوقت المناسب .

منذ ما يقرب من ثلاثين عاما ؛ أردت أن أجتذب إلى حياتى أحد الناشرين من أجل كتابى Your Erroneous Zones أو آفاقك الخاطئة . كان يجب أن أتخير ناشراً متفهماً لأننى كنت كاتباً مغموراً فى هذا الوقت وكنت بمثابة مجازفة بالنسبة لأى ناشر يقدم على مساعدتى ويقبل بهذه المجازفة .

فقرر وكيل أعمالى الأدبية فى ذلك الوقت أن يحدد لى موعد لقاء مع رئيس التحرير التنفيذى الذى سوف أطلق عليه هنا اسم " جورج " الذى كان يعمل فى إحدى أكبر دور النشر فى نيويورك . وعندما جلست لأتحدث معه ، بدا لى من الواضح أنه كان فى حالة نفسية سيئة . سألته عن سبب اضطرابه وضيقه وأخذنا نتحدث على مدى الثلاث أو الأربع ساعات التالية عن أزمته الشخصية التى كانت قد وقعت له فى الليلة السابقة على اللقاء . فلقد كانت زوجته قد أخبرته بأنها سوف تسعى لطلب الطلاق وبدا لى أن هذا الخبر قد وقع عليه كالصاعقة . وتخليت عندها عن رغبتى فى الحديث عن نشر كتابى وتحولت إلى ما كان يبحث عنه الرجل : تحولت إلى شخص أمين متفهم ؛ يقدم على المجازفة . وبتجسيدى لكل هذه المعانى وانفصالى عن رغباتى التى تسيطر عليها الأنا ؛ نجحت فى مساعدة " جورج " فى ذلك اليوم ؛ لقد كان موقفاً لن أنساه أبداً .

غادرت مكتب " جورج " بدون أن أفاتحه فى أمر الكتاب . وعندما أخبرت وكيلى الأدبى بما حدث ؛ رأى أنى قد أضعت فرصتى الغالية فى نشر كتابى من خلال إحدى دور النشر الكبرى بإحجامى عن طرح الأمر مع رئيس التحرير . وفى اليوم التالى ؛ اتصل " جورج " بوكيلى وأخبره قائلا : " إننى حتى لا أعرف محتوى كتاب " داير " ولكننى أريد أن يكون هذا الرجل أحد الكتاب الذين نتعامل معهم " .

فى هذا الوقت ؛ لم أدرك ما حدث . ولكن الآن ؛ بعد مرور ربع قرن من معايشتى لهذا العالم الروحانى ؛ أفهم بوضوح ما حدث . إن الشخص المناسب سوف يظهر فى حياتك تحديداً فى الوقت الذى تحتاج إليه فيه

وعندما تكون قادراً على التوافق معه . يجب أن تجسّد ما ترغب فيه . فأنت تملك القدرة على التوافق مع طاقة العزيمة وتحقيق عزيمتك فى اجتذاب الشخص المثالى وإقامة علاقات روحية .

اجتذاب الشركاء الروحانيين

لا أرى أن هناك حاجة إلى التحدث عن رجل أو امرأة لا يشعران بمشاعر الحب وينعيان عجزهما فى عدم اجتذاب شريك لهما فى الحياة . إن مثل هذا الشخص قد قدر له الشعور بخيبة الأمل لأنه عاجز عن رؤية الشريك المثالى حتى إن ظهر . قد يكون الشخص الذي تحبه موجوداً بالفعل فى هذه اللحظة الراهنة ولكن مقاومتك له هى التى تحول دون قدرتك على رؤية هذا الشريك . إن الشخص الذي لا يحب سوف يظل يُعزى حاله إلى حظه العثر وسلسلة من العوامل الخارجية التى تسببت فى عدم حصوله على العلاقة المناسبة .

إن الحب لا يجتذب أو يرد إلا بالحب . إن أفضل نصيحة يمكن أن أقدمها لاجتذاب والحفاظ على الشريك الروحانى ـ كما ركزت وشددت على ذلك فى هذا الفصل ـ هى أن تكون أنت ما تبحث عنه . إن معظم العلاقات التى عجزت عن الحفاظ على نفسها ترجع إلى شعور طرف أو طرفى العلاقة بأن حريته قد قوضت على نحو ما . إن الشراكة أو العلاقة الروحية ـ فى المقابل ـ لا تشعر أى طرف بأنه أقل من الطرف الآخر أو بأنه متجاهل من قبل الطرف الآخر . إن كلمة شراكة روحية تعنى ببساطة أن الطاقة التى جمعتكما مع بعضكما البعض تعيش حالة انسجام وثيق مع مصدر طاقة العزيمة .

هذا يعنى أن السماح لفلسفة السماح بالتدفق عبر هذه الشراكة لن يجعلك تخشى يوماً على حريتك وقدرتها على تحقيق معرفتك الداخلية للغاية التى تبحث عنها . سوف يبدو كل شخص فى هذه العلاقة وكأنه يهمس للآخر فى صمت قائلا : **" أنت طاقة المصدر فى جسد مادى وكلما شعرت بأنك فى حال أفضل تدفقت طاقة الحب والطيبة والجمال والاستقبال والوفرة**

الفياضة والتوسع والإبداع من خلالك . إننى أحترم طاقة المصدر هذه وأشترك معك فيها أيضاً . وعندما يشعر أى منا بأنه محبط أو متخاذل ؛ فهذا يعنى أن معدل تدفق طاقة العزيمة قد تراجع . يجب أن نتذكر دائماً أنه ليس هناك شيء غير مسموح به في العقل الكونى . إن أى شيء يحول دون شعورنا بالسعادة يجب ألا يسمح به من جانبنا . إننى ملتزم بالبقاء فى مجال طاقة العزيمة وملاحظة نفسى عندما أخطئ . إن هذا المصدر هو الذى ربط بيننا ؛ وسوف أبقى فى حالة انسجام معه " . إن هذا الالتزام والتعهد الداخلى هو ما كان يتحدث عنه " جوته " فى السطور الافتتاحية لهذا الفصل . فهذا هو ما يسمح للعناية الإلهية بأن تتحرك وتعمل على حدوث الأشياء " وهذا ما لم يكن شخص يجرؤ على مجرد تصور حدوثه " .

أنت بالفعل متصل بكل من تريده في حياتك ؛ لذا يجب أن تتصرف من هذا المنطلق . إن تحدثنا من منطلق روحانى ؛ يمكن القول بأنه ليس هناك فارق بينك وبين أى شخص آخر . ربما يكون هذا تصوراً غريباً ولكنه قائم بالفعل . هذا هو ما يفسر سبب عدم قدرتك على إيذاء شخص آخر بدون أن تؤذى نفسك ؛ كما أنه لا يمكنك أن تساعد شخصاً آخر بدون أن تساعد نفسك . فأنت تشترك مع الآخرين فى نفس مصدر الطاقة وبالتالى يجب أن تشرع فى التفكير والتصرف على نحو يعكس وعيك لهذا المبدأ . وعندما تشعر بأنك بحاجة إلى ظهور الشخص المناسب ؛ اشرع فى تغيير حوارك الداخلى لكى يعكس هذا الوعى . وبدلا من أن تقول : " أريد أن يظهر هذا الشخص لأننى بحاجة للتخلص من هذا المأزق " نشط فكرة تعكس تواصلك مثل : إننى أعرف أن الشخص المناسب سوف يصل وفق حكمة وترتيب روحى فى الوقت المناسب تحديداً .

الآن سوف تعمل على هذه الفكرة الداخلية . سوف تفكر من عند نقطة النهاية وسوف تتوقع وصول هذا الشخص . إن هذا التوقع سوف يجعلك يقظاً . لقد راجعت مستوى طاقتك وضبطه على نفس درجة استقبال طاقة العزيمة التى جاءت بكل شيء وكل شخص هنا . عندما تبلغ هذه المستويات المرتفعة من العزيمة سوف تحصل على معلومات أعلى وأرقى .

سوف يصدق حدسك وسوف تشعر بوجود الشخص أو الأشخاص الذين تريدهم في حياتك . والآن تصرف بناءً على هذا الحدس بحس عميق لأنك تعلم أنك تسير على الطريق الصحيح . ويجب أن تتصرف وفق هذا الوعي الجديد . فبذلك سوف تنشط بداخلك رؤى وبصائر جديدة . وسوف تتمكن من رؤية عظمة القدرة الربانية ، وسوف تنظر إلى نفسك بوصفك إحدى أدوات هذه القدرة . وسوف تعرف تحديداً من هو الذى يجب أن تتصل به ، وأين تنظر ، ومن توليه ثقتك وما الذى يجب أن تفعله . فسوف يرشدك الله إلى ما فيه الخير لك .

لو تطلبت إحدى علاقات الصداقة أو الشراكة أن تُخضع نفسك بالكامل وتتخلى عن كرامتك من أجلها فهذه العلاقة بالتأكيد يشوبها الخطأ . عندما تدرك بحق حقيقة الحب ؛ الحب الذى يكنه لك المصدر ؛ لن تعانى هذا النوع من الألم الذى عانيت منه فى الماضى عندما واجهت تجربة حب فاشلة . وإنما سوف يكون الوضع أشبه بما وصفته إحدى الصديقات عندما قررت أن تقطع علاقتها بمن تحب حيث علقت على ذلك قائلة : " كان قلبى مكسوراً ؛ ولكن يبدو أنه قد بقى متشبثاً بالحب . شعرت بأن الحب يتدفق تجاه الشخص الذى لم يحبنى بالطريقة التى كنت أرغب فى أن يحبنى بها ، وحتى عندما قطعت علاقتى به بحثاً عن الحب الذى كنت أشعر به فى أعماق نفسى . كان الجمع بين شعور الألم فى قلبى الجريح والشعور بالاستعداد للحب فى نفس الوقت أمراً غريباً بالنسبة لى . فأخذت أفكر : إن قلبى جريح مكسور ومع ذلك فهو مقبل على الحب . عندها تحولت إلى مستوى جديد تماما من الحب . وجاءت العلاقة التى كنت أحلم بها بعد مرور ثمانية عشر شهراً ! " .

أنت الحب . لقد نبعت من الحب الخالص . وأنت متصل بمصدر الحب لكل زمان . فكر بهذه الطريقة ؛ اشعر بهذه الطريقة وسرعان ما سوف تتصرف بهذه الطريقة . كما أن كل ما تشعر وتفكر فيه وتفعله سوف يقابل بنفس الطريقة . صدق أو لا تصدق ؛ إن مبدأ ظهور الشخص المناسب فى الوقت المناسب هو مبدأ قائم منذ الأزل . ولكن الأنا الخاصة بك هى التى تحول دون رؤيتك لهذا الشخص .

كل شيء سوف يتجلي وفق ترتيب روحي محكم . مع بلوغنا هذا الحد يجب أن تكون قد تأكدت من أن الشخص المناسب سوف يظهر لك في رحلتك ؛ وأنه سوف يلبي على الوجه الأمثل احتياجاتك في هذا الوقت . فضلاً عن أنه سوف يصل في اللحظة المناسبة تماما . في ظل هذا النظام الذكي الذى تمثل أنت جزءا منه ؛ سوف يصل كل شيء من مجال العزيمة حيث تتدفق طاقة الحياة اللانهائية غير المرئية من خلال كل شخص وكل شيء ، بما في ذلك أنت والآخرون أيضاً . ثق في هذه القوة غير المرئية للحياة والخالق الذى جاء بكل شيء إلى هذا الوجود .

أقترح عليك أن تجرى عملية استعراض سريعة وتلاحظ كل الأشخاص الذين ظهروا كشخصيات في مسرح حياتك . لقد تم كل شيء وفق نظام مثالي محكم . لقد ظهرت زوجتك السابقة في الوقت المناسب عندما كنت بحاجة لإنجاب هؤلاء الأبناء الذين تحبهم كثيراً . أما الأب الذى تخلى عنك لكي تتعلم الاعتماد على النفس ؛ فقد غادر في الوقت المناسب تماماً . والحبيب الذي هجرك كان جزءاً من هذا الكمال . أما الحبيب الذى بقي معك فهو أيضاً يستمد دوره من المصدر . الأوقات الطيبة والنزاع والدموع والاستغلال وما يشمله كل هذا من مجيء ورحيل أشخاص عن حياتك . كل دموعك لم ولن تملك القدرة على محو كلمة واحدة من كل هذا .

هذا هو ماضيك ؛ ومهما كانت طاقتك في ذلك الوقت واحتياجاتك ومحطتك في الحياة فقد اجتذبت الأشخاص والأحداث المناسبة إليك . قد تشعر بأنهم لم يظهروا في الوقت الذى كنت بحاجة إليهم فيه ؛ وأنك على العكس كنت وحيداً ولم يظهر أى شخص بالمرة ، ولكنني أحثك على رؤية كل هذا من منظور الترتيب المحكم الروحي . إن لم يكن قد ظهر أحد ، فقد حدث هذا لأنك كنت بحاجة لأن تعتني بالأمر بنفسك ومن ثم فإنك لم تجتذب أى شخص لكي تحقق مستوى طاقتك في ذلك الوقت . إن النظر إلى الماضي على أنه مسرحية تظهر فيها كل الشخصيات وتخرج وفق النص الذى قدره المصدر وما اجتذبته أنت في ذلك الوقت ؛ سوف يحررك من الطاقة المنخفضة للغاية للشعور بالذنب والندم وحتى الرغبة في الانتقام .

والنتيجة هى أنك سوف تتحول من كونك ممثلاً متأثراً بأدوار كل من المنتج والمخرج إلى كونك الكاتب والمنتج والمخرج ونجم هذا العرض الرائع للحياة . كما أنك سوف تكون أيضا المسئول عن اختيار الشخصيات ، وستملك القدرة على اختيار من يروق لك . ابن اختياراتك على اتخاذ الطريق المجرد من المقاومة ؛ ابق فى انسجام مع العقل الكونى الخالق للعزيمة .

بضع كلمات عن الصبر . هناك مقولة رائعة وردت فى كتاب " A Course in Miracles" : " إن الصبر غير المحدود يأتي بنتائج فورية ". والصبر غير المحدود يعني أن تملك معرفة مطلقة بداخلك بأنك تعيش حالة انسجام مع القوة الخالقة التى جاءت بك إلى هنا . وأنت - فى الواقع - تعرف أن الشخص المناسب سوف يظهر وفق جدول مرتب روحى ومحكم . إن محاولتك للإسراع وتخطى الجدول بناءً على جدولك أنت الزمنى هى أشبه بأن تجثو على ركبتيك وتقطف برعم زهرة التيوليب عنوة وتصر على أن تحصل على الزهرة فى الحال . إن الخلق سوف يكشف عن أسراره شيئا فشيئا ؛ وليس وفق أجندتك الخاصة . إن هذه النتيجة الفورية التى سوف تحصل عليها من صبرك غير المحدود هى عبارة عن حس عميق بالسلام . سوف تشعر بحب لعملية الخلق ؛ وسوف تكف عن طلباتك التي لا تنتهى ، وسوف تشرع فى البحث عن الشخص المناسب تحديداً .

إننى أكتب هذا وأنا أحمل فكرة الصبر غير المحدود الذى يحقق نتائج فورية . إننى أعرف أننى لست وحيداً وأنا أجلس هنا للكتابة . أعلم أن الأشخاص المناسبين سوف يظهرون بشكل سحرى لكي يمدونى بكل ما سوف يحفزنى وكل ما أحتاجه . إننى أومن بهذا إيماناً راسخاً كما أننى أبقى دائماً فى حالة انسجام مع المصدر . إن الهاتف سوف يدق وسوف يخبرنى أحد الأشخاص بأنه يملك شريطاً يعتقد أنه سوف يعجبنى . منذ أسبوعين لم يكن هذا الشريط ليثير اهتمامى ولكن فى هذا اليوم تحديداً ؛ استمعت إلى الشريط أثناء ممارسة الرياضة وحصلت تحديداً على كل ما كنت بحاجة إليه . أمر بشخص أثناء السير ؛ فيتوقف ليتحدث معى ويخبرنى بأن هناك كتاباً هو واثق من أنه سوف يثير اهتمامى . ألقى نظرة

على عنوان الكتاب ؛ ثم أبحث عنه وأقرؤه ، وبكل تأكيد أجد فيه كل ما كنت أحتاج إليه .

يحدث ذلك يوميا بشكل أو بآخر عندما أتحرر من عقل الأنا لصالح العقل الكونى للعزيمة ، وأسمح للأشخاص المناسبين تحديداً بأن يساعدونى فى عزمى الشخصى . إن النتيجة الفورية لهذا الصبر غير المحدود هى هذا السلام الداخلى الذى ينبع من معرفة كونى أملك شريكاً عظيماً سوف يبعث لى إما شخصاً ليساعدنى أو سوف يتركنى لكى أنجز العمل بنفسى . هذا هو ما يطلق عليه اسم الإيمان العملى ، وإننى أستحثك على الوثوق به ؛ كن صبوراً بلا حد ؛ قدر بعمق وانبهر فى كل مرة يظهر لك فيها الشخص المناسب بشكل سحرى فى الوقت المناسب .

حوِّل عزيمتك إلى واقع

إليك فيما يلى برنامجى المكون من عشر خطوات لتطبيق العزيمة فى هذا الفصل :

الخطوة ١ : دعك من التمنى والتوسل واستجداء ظهور الشخص أو الأشخاص المناسبين فى حياتك . يجب أن تعرف أن هذا الكون يعمل بناءً على الطاقة والجذب . ذكِّر نفسك بأنك تملك طاقة اجتذاب الشخص المناسب الذى سوف يساعدك على تحقيق رغباتك طالما بقيت قادراً على التحول من الطاقة التى تدفعها الأنا إلى التوافق مع طاقة العزيمة والمصدر الخالق . إن هذه الخطوة الأولى تعتبر بالغة الأهمية ؛ لأنك إن عجزت عن تبديد كل الشكوك بشأن قدرتك على اجتذاب الأشخاص المحبة ، والخلاقة ، والمساعدة ، فإن الخطوات التسع المتبقية لن تجدى معك كثيراً . إن عزيمتك على التواصل مع الأشخاص المثاليين والشركاء الذين جاءت بهم الرعاية الإلهية تبدأ بمعرفتك وإدراكك من أعماق قلبك أن هذا ليس فقط ممكنا وإنما مؤكد .

الخطوة ٢ : ضع تصوراً لعلاقتك غير المرئية بالأشخاص الذين تود اجتذابهم في حياتك . تخلص من اهتمامك الزائد بمظهرك الخارجي وممتلكاتك المادية ، واهتم بدلاً من ذلك بالطاقة غير المرئية التي تكمن بداخلك والتي تحافظ على حياتك من خلال توجيه وإدارة وظائفك الجسدية . الآن تعرف على نفس المصدر المولد للطاقة الذي يتدفق خلال كل شخص تعتقد أنه مفتقد من حياتك ثم استعد توافقك واتساقك فكرياً مع هذا الشخص أو هؤلاء الأشخاص . تعرف بداخلك على طاقة العزيمة التي تصل بينكما . إن أفكارك في خلق هذا الامتزاج قد نبعت هي الأخرى من نفس مجال العزيمة الكونية .

الخطوة ٣ : كوّن صورة في عقلك عن مقابلة الشخص (أو الأشخاص) الذين تود أن تحصل على مساعدتهم أو شراكتهم . إن التجلي هو وظيفة للعزيمة الروحانية في حالة توافق من خلال انسجام تذبذبي مع رغباتك . كن محدداً قدر الإمكان ؛ ولكن لا تشرك أي شخص في هذه التقنية الخيالية لأنه سوف يطلب منك عندها بأن تشرح له ما تقوم به ، وأن تدافع عن نفسك مما سوف يفرض عليك التعامل مع الطاقة المنخفضة للشك التي تقع لا محالة . إنه تدريب روحاني خاص . إياك أن تسمح لهذه الصورة بأن تشوش أو يشوبها الشك أو السلبية . ومهما كانت العقبات التي ستظهر على السطح ؛ تعلق بالصورة وابق في حالة انسجام محب وطيب وخلاق مع طاقة العزيمة دائمة التوسع والاستقبال .

الخطوة ٤ : تصرف انطلاقاً من هذه الصورة الداخلية . ابدأ في التصرف كما لو كان كل من تقابله هو جزءاً من عزيمتك على اجتذاب الشخص المثالي في حياتك .تقاسم مع الآخرين احتياجاتك ورغباتك بدون أن تخوض في التفاصيل بشأن المنح الروحاني الذي تتبعه . اتصل بكل الخبراء الذين يمكن أن يمدوا لك يد المساعدة ، وحدد رغباتك ، وسوف يبدون رغبتهم في مساعدتك . لا تتوقع أن يقوم أي شخص آخر بمهمة اجتذاب الأشخاص المناسبين لأي شيء تبحث أنت عنه ؛ سواء كان ذلك عملاً ، أو قبولك في إحدى الجامعات ، أو معونة مادية ، أو شخصاً تريده

أن يصلح سيارتك . كن نشطا وابق يقظاً لكل إشارات التزامن ؛ ولا تتجاهلها . إن مرت شاحنة أمامك تحمل رقم الهاتف لإحدى الشركات التي كنت تبحث عن أرقامها ؛ دونه واتصل به . راقب كل ما يطلق عليه مصادفة غريبة تحيط برغبتك على أنه رسالة من المصدر وتصرف بناءً عليها في الحال ؛ أؤكد لك أن هذا سوف يحدث لك بشكل متكرر .

الخطوة ٥ : اسلك الطريق الأقل مقاومة : إنني أستخدم كلمة مقاومة هنا ؛ كما سبق وفعلت عدة مرات في الجزء الثاني من الكتاب . إن الأفكار التى تشبه الأفكار التالية هى أحد أشكال المقاومة الفعلية لتجلى العزيمة : " إن هذا الشيء ليس عمليا . أنا لا أملك القدرة على تحقيق المثالية من خلال الأفكار . ما الذى سيجعلنى أحظى بما لا يحظى به كل المنتظرين للسيد كامل الأوصاف ؟ لقد جربت هذا من قبل ولم يظهر إلا شخص أحمق في حياتى " . هذه هى الأفكار التى تنم عن المقاومة التى تضعها أنت على طريق المصدر الذى يريد أن يبعث لك بالشخص المناسب . المقاومة هى طاقة منخفضة ، أما المصدر فهو طاقة مرتفعة وخلاقة ومتوسعة . عندما تكون أفكارك منخفضة التذبذب ؛ فإنك ببساطة سوف تعجز عن اجتذاب الأشخاص مرتفعى الطاقة الذين تحتاج إليهم .حتى إن هرعوا هم إليك قائلين : " ها نحن قد جئنا إليك ، كيف يمكن أن نخدمك ؟ نحن هنا على أهبة الاستعداد ونملك القدرة على فعل أى شيء " . حتى إن كانوا يحملون إشارة " نحن ملكك ورهن إشارتك " فسوف تعجز أنت عن إدراك ذلك أو تصديقه لأنك سوف تبقى مشغولاً بمحاولة اجتذابك كل ما لا يمكنك امتلاكه وكل ما لا تستحقه .

الخطوة ٦ : تدرب على أن تكون الشخص الذى تود اجتذابه . كما سبق وأشرت إلى ذلك ؛ إن كنت تريد أن تحظى بحب غير مشروط ؛ فمارس أنت الحب غير المشروط . وإن كنت تريد المساعدة من الغير ؛ فساعد الغير كلما وحيثما سنحت لك الفرصة . وإن كنت تريد أن تعامل بسخاء ؛ فعامل الآخرين بسخاء قدر ما يمكن . هذه هى أبسط وأكثر الطرق فاعلية في اجتذاب طاقة العزيمة . توافق مع ما سوف يرد إليك من العقل

الكونى الذى نبع منه كل شيء وكل شخص بينما تقدم ما لديك للآخـرين ، وسوف تجتذب فى المقابل كل ما عزمت على تقديمه .

الخطوة ٧ : انفصل عن النتيجة ، ومارس الصبر غير المحدود . هـذه هى إحدى الخطوات بالغة الأهميـة فـى الإيمـان . لا تقـع فـى خطـأ تقيـيم نواياك من حيث النجاح والفشل بنـاءً علـى مـا تمليـه عليـك الأنـا الحمقـاء وجدولها الزمنى . فعِّل عزيمتك وطبِّق كل ما تحدثت عنـه فـى هـذا الفصـل وفى هذا الكتاب بدون أن تتوقع شيئا . اكتسـب معرفـة داخليـة ودع العقـل الكونى يتولى أمر كل التفاصيل .

الخطـوة ٨ : مـارس التأمـل ، وخاصـة تأمـل " الجابـا " لاجتـذاب الأشخاص المثاليين والعلاقات الروحية . واصل التدرب على ذكر الله تعالى بداخلك وادع الله أن يلبى دعاءك ويستجيب لك . وسوف تنبهـر بالنتـائج . لقـد قـدمت أمثلـة خـلال هـذا الكتـاب عـن الكيفيـة التـى سَـاعَدَتْ بهـا الابتهالات ، والدعوات ، ومناجاة الله الكثيرين على تحقيق مآربهم .

الخطوة ٩ : انظر إلى أى شخص لعب دوراً فى حياتك وكأنه قد أرسـل إليك لكى يخدم مصالحك . فى كون تسوده طاقة خلاقة ؛ روحية ومحكمـة أطلق عليها اسم طاقة العزيمة ؛ لا يوجد مجال للمصـادفة . إن الأثـر الـذي تحدثه حياتك هو أشبه بأثر السفينة فى الماء فهو لا يزيد على مجـرد الزبـد الذى تخلفه السفينة وراءها . إن هذا الزبد لا يقود السفينة . كما أنه لا يقود حياتك أنت أيضاً . إن كل شيء وكل شخص فـى تاريخـك الشخصـى كـان يجب أن يكون حيث كان . وما هو دليل ذلـك ؟ الـدليل أنـه كـان موجـودا بالفعل ! هذا هو كل ما تحتاج إلى معرفته . لا تلتفت إلى الأثر الذي تحدثـه السفينة فى الماء أو إلى الأشخاص غـير المناسـبين الـذين ظهـروا فـى حياتـك السابقة ؛ على أنه من الأسباب التى سوف تحـول دون اجتـذابك للشـخص المناسب اليوم . إنه ماضيك .... لا يعدو كونه أثراً خلفته وراءك .

الخطوة ١٠ : كما هى الحال دائماً ؛ ابق فى حالة امتنان دائم . امتن حتى لوجود الأشخاص الذين سببوا لك الألم والمعاناة . اشكر الله لأنه قد بعث بهؤلاء الأشخاص إليك واشكر نفسك لأنك اجتذبت هؤلاء الأشخاص إليك . إن كلاً منهم قد جاء ليعلمك ويلقنك شيئاً . والآن امتن لكل شخص أرسلته إليك العناية الإلهية وزجت به فى طريقك واعلم أنك يمكن إما أن تتجاوب مع طاقة العزيمة المرتفعة المحبة وأن تعتبر هؤلاء الأشخاص مجرد منشطين لطاقتك الحياتية ، أو أن تبعث إليهم بدعاء صامت وبكلمة شكر رقيقة . ركز على كلمة الشكر لأنها تنم عن امتنانك الحقيقى لهم .

* * *

فى كتابها الرائع The Field : The Quest for the Secret of the Universe ؛ قدمت لنا الكاتبة " لين ماك تاجرت " رؤيتها العلمية لما كتبته فى هذا الفصل : " إن حالتنا الطبيعية فى هذا الوجود تتمثل فى وجود علاقة ما ؛ كرقصة تانجو مثلاً ؛ أو حالة دائمة من تأثير شخص على شخص آخر . مثلما تعجز الجزيئات المكونة للذرة التى تشكلنا عن الانفصال عن بعضها البعض وعن المكان والجزيئات المحيطة بها ؛ فنحن أيضاً ككائنات حية لا نملك القدرة على الانعزال عن بعضنا البعض .... إن الإقدام على الملاحظة والعزيمة ؛ سوف يمنحنا القدرة على إرسال نوع من الإشعاعات الخارقة إلى العالم " .

من خلال علاقاتنا بالآخرين ومن خلال استخدام طاقة العزيمة ؛ يمكننا أن نشع كل الطاقة اللازمة لاجتذاب ما نرغب فيه نحو الخارج . إننى أحثك على استيعاب هذا الأمر الآن ، والتحرك من منطلقه ؛ اعلم فى صميم قلبك ؛ تماماً مثلما كان يعلم الفلاح فى كتاب " حقل الأحلام " أو The Field of Dreams ؛ أنك إن بنيت حلمك الداخلى ؛ فسوف يتحقق بكل تأكيد !



الفصل الثالث عشر

إن عزمى هو : أن أنمى قدرتى إلى الحد الأقصى لكى أَشْفِى وأُشْفَى

" لا يمكن أن يطلب شخص من شخص آخر أن يشفى نفسه . ولكن يمكن أن يساعد نفسه على الشفاء . وبالتالى يمنح الآخر ما قد تلقاه . فمن الذى يمكن أن يمنح الآخر شيئاً لا يملكه ؟ ومن الذى يمكن أن يشارك فى شيء يحرم نفسه منه ؟ "

من كتاب : A Course in Miracles

يملك كل شخص على ظهر الأرض بداخله القدرة على أن يكون شافياً . ولكى تتواصل بشكل متعمد مع تلك القدرات الشافية الكامنة بداخلك ؛ يجب أولاً أن تتخذ قراراً بأن تشفى نفسك . وكما يذكرنا كتاب " A Course in Miracles " : " إن أولئك الذين يُشفون سوف يتحولون إلى أدوات شفاء " . و " الطريق الوحيد لكى تشفى الآخرين هو أن تُشفَى أولاً " . وبالتالى هناك فائدة مزدوجة من عزيمة الشفاء . بما أن تقبل هذه القدرة على شفاء نفسك ودعم صحتك إلى الحد الأقصى ؛ فسوف تصبح قادراً على شفاء الآخرين أيضاً .

ولعل إحدى الملاحظات المدهشة التى أشار إليها " ديفيد هوكينز " فى كتابه Power vs . Force هي تلك العلاقة بين معيار مستوى الطاقة عند الشخص وقدرته على الشفاء . فقد وجد أن الشخص الذى سجل أعلى من ستمائة درجة فى خريطته لمقياس الإدراك والوعى (وهى نتيجة متميزة للغاية تشير إلى ارتفاع مستوى طاقة الحكمة والكشف لدى الشخص) كان يشع طاقة الشفاء . إن المرض ـ كما نعرف ـ لا يمكن أن يتواجد فى ظل مثل هذه الطاقة الروحانية المرتفعة . هذا هو ما يفسر المعجزات الشفائية لسيدنا " عيسى " عليه السلام و " سانت فرانسيس " و" رمانا ماهارشى " . إن مستوى طاقتهم بالغ التميز والارتفاع كان كافياً لقهر الأمراض .

بينما تقرأ هذا ؛ ضع فى اعتبارك أنك قد نبعت أنت أيضاً من هذه الطاقة الروحانية المرتفعة المحبة ، وأنك تملك بداخلك هذه القدرة . لكى تحقق عزيمتك كما فى هذا الفصل ؛ يجب ؛ كما ذكر " غاندى " فى السطور التى أشرنا إليها " أن تكون أنت التغيير الذى تود أن تراه فى الآخرين" . يجب أن تركز على شفاء نفسك بحيث تملك هذه القدرة الشافية التى يمكنك أن تقدمها وتمنحها للآخرين . وإن وصلت إلى مستوى هذه النوارنية الربانية حيث تستعيد تواصلك مع المصدر وانسجامك التذبذبى ؛ فسوف تشرع فى إشعاع هذه الطاقة التى سوف تحيل أى مرض إلى صحة .

فى دعائه العظيم إلى الله قال " سانت فرانسيس " : " حيث يكون الجرح ؛ دعنى أغرس عفواً " . والمقصود هنا : اسمح لى بأن أكون سبباً لمنح طاقة الشفاء للآخرين . إن هذا المبدأ قد تكرر خلال صفحات هذا الكتاب : أي جلب الطاقة الروحية العالية فى حضور الطاقة المنخفضة المرضة مما سيؤدى ليس فقط إلى إلغائها ولكن إلى تحويلها إلى طاقة روحية صحية . فى مجال العلاج الطبى باستخدام الطاقة حيث تطبق هذه المبادئ ، تقهر الأورام باستخدام طاقة الليزر بالغة الارتفاع مما يذيبها ويحيلها إلى أنسجة صحية . إن العلاج بالطاقة هو علاج المستقبل وهو يعتمد على ممارسات روحية قديمة تقوم على أن تمثل أنت فى ذاتك التغيير بمعنى شفاء الآخرين من خلال شفائك أولاً لنفسك .

كن أنت القوة الشافية

كلما استعدت تواصلك مع العقل الكونى الذى يمثل الكمال التام زاد شفاؤك النفسى . إن العقل الكونى للعزيمة يعرف تحديداً ما أنت بحاجة إليه لكى تدعم صحتك إلى الحد الأقصى . إن ما يجب عليك أن تفعله هو أن تلاحظ أفكارك وسلوكك الذى يخلق المقاومة ؛ ويتعارض مع الشفاء ؛ الذى هو تدفق الطاقة القائمة على العزيمة . إن إدراكك للمقاومة هو أمر يرجع ويعتمد تماما عليك أنت . يجب أن تكرس نفسك لهذا الوعى والإدراك بحيث تنجح فى التحول إلى عزيمة الشفاء النقى الخالص .

بينما كنت أمارس الرياضة على جهاز السير الكهربائى فى صالة الألعاب الرياضية ، تحدثت مع رجل لمدة خمس دقائق ؛ وفى غضون هذه الفترة القصيرة ؛ أدهشنى بقائمة الأمراض والجراحات وعمليات القلب التى خضع لها . كما اشتكى لى من العمليات المؤلمة لتغيير المفاصل التى خضع لها ؛ كل هذا فى غضون خمس دقائق فقط ! كانت هذه هى بطاقة زيارته . كانت أفكاره وتوجهه نحو الآفات والإعاقة الجسدية هى المقاومة التى وضعها فى طريق طاقة الشفاء المتاحة له .

بينما أخذت أتحدث مع هذا الرجل الشاكى ، حاولت أن أحمله على التحول حتى ولو مؤقتاً من هذه المقاومة لكى يتلقى الطاقة الشافية . ولكنه بقى مصمماً ومتشبثاً بالاستسلام لعجزه وارتهداء هذا العجز على أنه وسام شرف ، وكان يدافع بضراوة عن قصور قدرته . بدا لى وكأنه يعتز ويتشبث بعزوفه عن ذاته بسبب تدهور حالته البدنية . حاولت أن أحيطه بالنور وأن أرسل له بدعاء صامت وأهنئه على أداء التدريب بينما انتقلت إلى جهاز آخر لكى أستكمل تدريباتى . ولكننى تأثرت كثيراً لتصميم هذا الرجل على التركيز على مدى اضطرابه ، وعدم انسجامه ، ومرضه فيما يخص علاقته بجسده .

إن القراءة عن دور الأفكار فى إحداث الشفاء الفورى لبعض الأمراض المستعصية والصعبة هو أمر مثير للدهشة والانبهار . وقد قدم لنا الدكتور " هوكينز " الحكمة التالية من خلال كتابه Power vs . Force " فى كل

حالة شفاء خضعت للدراسة لمرض مستعص ميئوس منه ؛ وجد أنه قد حدث تحول بارز فى الإدراك والوعى بحيث فقدت أنماط الاجتذاب المسببة للمرض قدرتها على الهيمنة والاستحواذ " . فى كل حالة ! تصور ذلك . وراقب أيضا التعبير التالى " أنماط الاجتذاب " : فنحن نجتذب كل ما فى حياتنا من خلال هذا الوعى كما يمكننا أن نغير ما نجتذبه . إنها فكرة بالغة القوة وهى تمثل الأساس فى الوصول إلى طاقة العزيمة ليس فقط فى الشفاء وإنما فى كل مجال آخر لتحقيق رغباتنا وتطلعاتنا وعزمنا الشخصى . وقد واصل " هوكينز " حديثه قائلا : " فى حالة الشفاء الفورى التلقائى ؛ لوحظ أن هناك ارتفاعاً ملحوظاً فى القدرة على الحب وإدراك أهمية الحب كعامل شفاء " .

إن عزيمتك فى هذا الفصل سوف تسهل عليك عندما تنظر إلى الهدف الأكبر وهو الرجوع إلى المصدر أن تزداد درجة انسجامك مع طاقة قوة العزيمة . إن هذا المصدر لا يركز أبداً على ما هو خاطئ ؛ أو على ما هو ناقص ، أو ما هو ممرض . إن الشفاء الحقيقى سوف يصحبك لكى يعود بك إلى المصدر . إن أى خلل فى هذا الاتصال هو عطل مؤقت ؛ فعندما تطهر صلتك بالمصدر سوف تشرع أنماط الاجتذاب للطاقة فى الانجذاب نحوك . إن لم تكن تؤمن بأن هذا ممكن التحقيق ؛ فهذا يعنى أنك تخلق مقاومة لعزمك على أن تشفى نفسك والآخرين . أما إن آمنت بأن هذا ممكن ولكن ليس بالنسبة لك ؛ فسوف تخلق المزيد من المقاومة . إن كنت تظن أنك قد عوقبت بفقدك للصحة فهذا أيضاً أحد أشكال المقاومة . إن هذه الأفكار الداخلية بشأن قدرتك على الشفاء تلعب دوراً كبيراً ومسيطراً فى تجربتك الجسمانية .

إن اكتسابك القدرة على الشفاء من خلال شفائك لنفسك ينطوى على واحدة من تلك القفزات الخلفية فى عالم المجهول ؛ حيث ترسو على الأرض فى وضع استقامة وتصبح أفكارك متزنة . سوف تدرك ـ ربما للمرة الأولى ـ أنك متوحد مع طاقة العزيمة عندما تتخلص من عقل الأنا الذى أقنعك بأنك منفصل عنها .

شفاء الآخرين من خلال شفاء الذات . فى كتاب " لين ماك تاجرت " الذي يحمل عنوان The Field ؛ والذى أشرت إليه فى وقت سابق ؛ تكبدت الكاتبة الوقت ومشقة ذكر الأبحاث العلمية المضنية التى أجريت على مستوى العالم فى العشرين عاماً الماضية فيما يخص المجال الذى أطلق عليه اسم العزيمة . فى أحد فصول الكتاب التى تناسب نفس الموضوع الذى نتحدث عنه هنا وهو الفصل الذى يحمل عنوان " مجال الشفاء " تصف " ماك تاجرت " عدداً من الدراسات البحثية . إليك خمسة فقط من الاستنتاجات المدهشة التى توصل إليها الباحثون فيما يخص العزيمة والشفاء . إننى أقدمها لك لكى أحفز فيك الوعى والإدراك لقدرتك على شفاء جسدك المادى الذى يجب أن تحافظ عليه طوال حياتك ؛ وكذلك قدرتك على شفاء الآخرين . (إننى لم أنوه هنا إلى ضرورة تناول غذاء صحى واتباع برنامج رياضى مدروس لأننى أفترض أن هذا أمر مسلم به ويعلمه الجميع . وسوف تجد فى المكتبات كل الكتب التى تتناول هذا الموضوع وتقدم لك كل البدائل الصحية المتاحة) .

خمسة استنتاجات عن الشفاء
من عالم البحث المضنى

١. إن الشفاء من خلال العزيمة متاح لأى شخص عادى وقد يكون من يمارس هذا الشفاء أكثر خبرة أو أكثر موهبة فى الاتصال بهذا المجال . هناك دليل مادى على أن الشخص القادر على الشفاء من خلال العزيمة يتجانس مع الطاقة ولديه قدرة أعلى على التحكم فى الطاقة ونقلها إلى الشخص الذى يحتاج إلى الشفاء . إنى أفسر هذا الدليل العلمى أنك عندما تقرر أن تركز طاقة الحياة على الارتباط بطاقة العزيمة فسوف يمنحك هذا القدرة على شفاء نفسك وشفاء الآخرين . هذا يعنى بشكل أساسى أن تهجر الخوف الذى يحول دون تواصلك مع الوعى . كما أنه يعنى أيضاً أن تدرك تلك الطاقة الناجمة عن الخوف التى تروج لها المصانع التى تنتج منتجات العناية بالصحة . إن مجال

العزيمة لا يعرف الخوف . إن أى مرض هو إشارة إلى أن هناك نقصاً ما . وأى خوف مصاحب للمرض هو دليل آخر على أن هناك شيئاً ناقصاً فى أعمال العقل . إن الصحة والسلام هى الحالة الطبيعية التى يجب أن تنعم بها وينعم بها أى شخص عند إزالة العوائق . وقد أظهرت الأبحاث أن الشفاء من خلال العزيمة الذى هو فى الحقيقة الشفاء من خلال التواصل مع مجال العزيمة ؛ هو أمر ممكن بالنسبة لأى شخص .

٢. **يؤكد معظم المعالجين المشهود لهم بالكفاءة بهذه الطريقة أنهم يتخلون عن عزيمتهم ويتراجعون ويمتثلون لقوة شفاء أخرى كما لو كانوا يفتحون الباب لكى يسمحوا بحدوث شىء أعظم .** إن أكثر المعالجين كفاءة يطلبون العون من مصدر الكون لعلمهم بأن مهمتهم هى تخفيف العبء والسماح بتدفق مصدر الشفاء . إن المعالج يدرك أن الجسم هو البطل وأن قوة الحياة ذاتها هى التى تقوم بعملية الشفاء . إن التخلص من الأنا والسماح بتدفق القوة بشكل حر سوف يسهل الشفاء . أما المتخصصون فى مجال الطب فهم عادة ما يفعلون العكس فيما يخص السماح ورفع العبء . إنهم ينقلون الرسالة التالية بأن الدواء أو الطب هو الذى يحقق الشفاء ويشككون فى كل ما يخرج عن نطاق العقاقير العلاجية التى يصفونها . والنتيجة هى أن ما يشعر به المريض هو أى شيء آخر غير ارتفاع الروح المعنوية والشعور بالأمل ؛ حيث إن التشخيص والتكهن الطبى يقوم عادة على الخوف والنظرة مفرطة التشاؤم لتجنب اتخاذ أى إجراء قانونى ضدهم . قل لهم الأسوأ وتأمل الأفضل ؛ هذه هى الفلسفة الطبية السائدة .

إن القدرة على شفاء ذاتك تبدو متاحة لكل من يملك حدساً طبيعياً لطاقة الروح . إن الحديث الداخلى للشفاء يرتبط بالاسترخاء والتخلص من أفكار المقاومة والسماح لروح النور والحب بالتدفق . وقد أخبرنى ذات مرة أحد عظماء المعالجين فى جزيرة " فيدجى " عن مدى كفاءة المعالجين من السكان الأصليين قائلا : " عندما تواجه المعرفة بأحد

المعتقدات الخاصة بمرض ما ؛ فسوف تكسب المعرفة دائماً " والمقصود بالمعرفة هنا الإيمان بطاقة العزيمة . كما أن المعرفة تشمل أيضاً إدراك أهمية الاتصال الدائم بالمصدر . وأخيراً فإن المعرفة تعني تنحية الأنا جانبا والامتثال للمصدر كلى القوة ؛ كلى الوجود ؛ كلى العلم ؛ أى الامتثال إلى طاقة العزيمة التى هى مصدر كل شيء بما فى ذلك الشفاء الكامل .

٣. ليس المهم الطريقة التى استخدمت ، مادام المعالج يحمل عزيمة على شفاء المريض . يعتمد المعالجون على تقنيات بالغة الاختلاف والتباين ؛ مثل بعض الأدعية والابتهالات واستخدام بعض الآيات التى وردت فى الكتب المقدسة الخاصة بالأديان المختلفة . ولكن مادام المعالج مؤمناً يقيناً بالعزيمة ومتشبثاً بالمعرفة التى تفوق وتتخطى حدود كل الشكوك ؛ فسوف يؤتى الشفاء النتيجة المطلوبة اعتماداً على القياس العلمي .

من الأمور الأساسية بالنسبة لك أن تحمل هذه العزيمة المطلقة والإيمان بقدرتك على شفاء ذاتك بغض النظر عن كل ما يجرى من حولك أو ما قد يقوله لك الآخرون مما يثير الإحباط أو التثبيط . إن عزمك قوى لأنه ليس عزيمة الأنا وإنما هو توافق مع المصدر الكونى . إنها قدرة الله تتحقق من خلال قدرتك على مساعدة الآخرين على الشفاء .

بصفتك كائناً لانهائياً ؛ أنت تعرف أن موتك وموت كل شخص آخر هو جزء من برنامج محكم لمجال الطاقة التى نبعت منها . فكما يجب أن تخضع سماتك الجسدية لكل التغيرات المستقبلية فإن الموت يعتبر أيضا جزءاً من هذا التغير المحتوم . إذن دعك من خوفك من الموت ؛ وقرر أن تحمل نفس العزيمة التى جاءت بك إلى هنا من العالم الذى لم تكن تملك فيه شكلاً . لقد جئت من حالة طبيعية تعبر عن السلامة ويجب أن تنوى من خلال عقلك أن تبقى هناك بغض النظر عن كل ما يحوم ويجرى حول جسدك . تشبث بهذه العزيمة لنفسك إلى أن تغادر هذا الجسد وتشبث بنفس العزيمة غير المرئية للآخرين . هذه هى السمة

الوحيدة التى يشترك فيها كل المعالجين . إننى أحثك على التركيز على ذلك أنت أيضاً ؛ هنا ؛ فى هذه اللحظة ؛ ولا تدع أى شخص أو أى تكهن يمنعك من ذلك .

٤. **ترى الأبحاث أن العزيمة في حد ذاتها تشفي وأن الشفاء هو عبارة عن ذاكرة جمعية لروح الشفاء ، التي يمكن جمعها باعتبارها قوة طبية .** إن الشفاء في حد ذاته يمكن أن يكون قوة متاحة لكل إنسان . إنه العقل الكونى للعزيمة . فضلاً عن أن الأبحاث ترى أن الأفراد وجماعات الأفراد يمكن أن تستجمع هذه الذاكرة الجمعية وتطبقها على نفسها ، وعلى كل من يعانى من مرض وبائى أيضاً . وبما أننا جميعاً متصلون بالعزيمة ؛ فكلنا يشترك فى نفس قوة الحياة كما أننا كلنا قد نبعنا من نفس العقل الكونى ؛ كلنا خلق الله . لذا فلن يصعب علينا تصور أننا إن تواصلنا مع مجال الطاقة سوف ننجح فى استجماع طاقة الشفاء ونشرها على كل من يدخل فى مجال النور الذى سوف نوجده حولنا . إن هذا يمكن أن يفسر سر القوة الشفائية الجمعية الهائلة لرجال الدين كما يمكن أن يبرر رغباتنا فى استئصال أمراض مثل الإيدز والجدرى والأنفلونزا الوبائية وحتى السرطان المتفشى فى عالمنا .

وعندما تنظر إلى المرض بمعزل عن أى شيء آخر ؛ فسوف تجده غير متصل بالصحة الجمعية للمجال الكونى . يشير العديد من الدراسات إلى أن فيروس الإيدز يبدو وكأنه يتغذى على الخوف ؛ ذلك الخوف الذى يشعر به الشخص عندما ينعزل ويحتجب عن المجتمع . كما كشفت الدراسات التى أجريت على مرضى القلب أن الشخص الذى يشعر بأنه قد عزل عن عائلته ومجتمعه وخاصة حياته الروحانية ؛ كان الأكثر عرضة للمرض . أما الدراسات التى أجريت على المعمرين فقد أظهرت أن المعمر هو الشخص الذى يعيش فى ظل معتقد روحانى قوى وحس بالانتماء إلى المجتمع . إن القدرة على الشفاء الجمعى هى إحدى المزايا العظيمة التى سوف تصبح متاحة لك عندما ترفع مستوى طاقتك وتتصل مع أوجه العزيمة .

٥. **أهم علاج يمكن أن يقدمه المعالج هو أن يمنح أمل الشفاء والصحة والسلامة لأى مريض يعاني من مرض أو صدمة** . يقوم المعالج بتحليل ذاتي لما يحمله في ضميره ووعيه قبل أن يركز على الشخص المريض المحتاج إلى العلاج . إن الكلمة الأساسية فى هذا الصدد هى كلمة أمل . فوجود الأمل أيضاً يمكن أن يتلخص في كلمة " الإيمان " . كما يمكن أن نسمى هذا الأمل أيضاً باسم " المعرفة " ؛ المعرفة بأن الاتصال بالمصدر هو الاتصال بالمصدر الشافي . وعندما نعيش بهذه الطريقة سوف نرى دائماً الأمل . وسوف ندرك أن المعجزات ستكون ممكنة التحقق . إن العيش فى ظل هذا الإيمان سوف يحررنا من الخوف والشك . فإن تخليت عن الأمل ؛ فسوف تغير مستوى الطاقة في حياتك مما سوف يجعلها تقلل مستوى الخوف والشك . ومع ذلك فإننا نعرف أن المصدر الخالق لا يعرف الخوف أو الشك .

ولعل أكثر ما أعجبنى عن قيمة الأمل هى تلك السطور " لمايكل أنجلو " : " إن أكبر خطر يحيق بنا ليس أن أملنا بعيد المنال ولا يمكننا تحقيقه وإنما كونه قريباً للغاية وبإمكاننا الوصول إليه " . فقط تصور عزيمة المعالج والأمل الذى يحمله لنفسه ولغيره والذى قد تفوق أهميته حتى أهمية الدواء الذى يقدمه . إن مجرد التفكير فى أنك لا تحب شخصاً آخر يمكن أن يعوق عملية الشفاء . كما أن افتقاد الإيمان فى قوة الروح على الشفاء سوف يلعب دوراً معوقاً فى عملية الشفاء . إن أية أفكار منخفضة الطاقة سوف تقوض قدرتك على شفاء نفسك . إن كل بحث من هذه الأبحاث الخمسة المدعمة بالأدلة يقودنا إلى إدراك أهمية تحويل إدراكنا نحو التركيز والاتصال مع مجال العزيمة الشافية والانسجام معها .

من أفكار عن المرض إلى العزيمة على الصحة

إن اتخاذ قرار بالإبداع هو اتخاذ قرار بالعزيمة . فلكى توجد الشفاء ؛ لا يمكن أن تكون لديك أية أفكار عن المرض ، أو تتوقع سقوط جسدك ضحية

المرض . انتبه لمثل هذه الأفكار التى تدعم فكرة المرض كما لو كان شيئا متوقعا . ابدأ بملاحظة تردد هذه الأفكار . فكلما احتلت مساحة كبيرة من عقلك ؛ كبر حجم المقاومة الذى تفرضه على مجال عزيمتك .

أنت تعلم أن هذه الأفكار الخاصة بالمقاومة سوف تتمثل فى عبارات كالتالى : " لا يمكننى أن أفعل أى شيء لعلاج التهاب المفاصل . إنه فصل نزلات البرد . أشعر بأننى فى حالة جيدة الآن ولكن مع حلول عطلة نهاية الأسبوع سوف يكون البرد قد تفشى فى صدرى وسوف أصاب بالسخونة . نحن نحيا فى عالم مسرطن . إن كل شيء نأكله إما يصيب بالسمنة وإما يكون مفعماً بالمواد الكيميائية . أشعر بأننى متعب للغاية طوال الوقت " . وهكذا . إنها عوائق كبرى تسد طريق تحقيق العزيمة . راقب هذه الأفكار التى تمثل قراراً قطعته على نفسك بأن تشارك فى صنع العقلية المريضة والأرباح الضخمة التى تجنيها شركات الأدوية التى تزدهر على مثل هذه الأفكار القائمة على المخاوف .

ولكنك مخلوق روحى ؛ هل نسيت ؟ أنت جزء من العقل الكونى للعزيمة ، كما أنك يجب ألا تفكر بمثل هذه الطريقة . يمكنك أن تسعى للتفكير بأنك تملك القدرة على رفع مستوى طاقتك ؛ حتى إن كان كل ما يروج له من حولك يسعى لإيهامك بشيء مختلف تماماً . يمكنك أن تتوافق مع هذه الفكرة وتحمل عزما يؤمن بـ " سوف أكون فى حالة جيدة ؛ أو إننى عازم على أن أكون فى حالة جيدة ؛ أو إننى عازم على العودة إلى مصدرى ؛ وأرفض أن أسمح لأية فكرة من الأفكار القائمة على الفوضى أو المرض بأن تنفذ إلى " . وهذه هى البداية فسوف تشعر بأنك قد اكتسبت القوة من خلال هذه التجربة الفريدة . وعندها فى أى لحظة من لحظات حياتك تشعر خلالها بأنك لست على ما يرام ؛ تخير أفكار الشفاء والصحة الجيدة . فى هذه اللحظة ؛ سوف يحل الشعور بالصحة الجيدة مكان الشعور السلبى حتى ولو لبضع ثوان .

وعندما ترفض أن تعيش فى ظلِّ الطاقة المنخفضة ، وتعمل لحظة بلحظة لكى تستحضر الأفكار التى تدعم عزيمتك ؛ فقد قررت بشكل فعال أنك تملك القدرة على اختيار الصحة وبأن قدرتك على الشفاء هى جزء من هذا

القرار . فى هذا الوقت ؛ سوف تتحرك بداخلك القوى المحركة للخلق وكل ما تصورته وشكلته فى عقلك سوف يتحول إلى شكل واقعى فى حياتك اليومية .

جرِّب ذلك فى المرة القادمة التى تشعر فيها بأنك تفكر وفق طاقة منخفضة من أى نوع . فقط لاحظ السرعة التى يمكنك أن تغير بها الكيفية التى تشعر بها ، برفض الأفكار الخارجة على نطاق الانسجام مع مصدر العزيمة . لقد نجح ذلك معى ، وأنا أشجعك على فعل نفس الشىء . إننى ببساطة لن أفكر بعد الآن أننى يجب أن أكون ضحية مرض أو عجز ؛ ولن أقضى لحظات عمرى الغالية فى مناقشة المرض . أنا معالج . سوف أعالج نفسى من خلال اجتذابى لقوة الشفاء الربانية وسوف أمنح هذه الهبة للآخرين . وهذه هى عزيمتك .

المرض ليس عقابا

لقد أصبح المرض عنصراً وجزءاً لا يتجزأ من حياتنا عندما انفصلنا عن الصحة المثالية التى قدِّر لنا أن نتمتع بها منذ لحظة ميلادنا . بدلاً من السعى للتحقق من الأسباب التى تصيب الإنسان بالمرض والوصول إلى تفسير منطقى لفهم المرض ؛ أريدك أن تفكر فى نفسك وتنظر إليها بوصفها تملك القدرة على أن تصبح معالجة . حاول أن تتصور كل الأمراض البشرية من منظور شىء جلبته السلالة البشرية مجتمعة لنفسها بنفسها بتركيزها على الأنا بدلاً من الانسجام مع القوة الروحية المبدعة . لقد جلبت لنا الأنا جميعا كل المشاكل المتصلة بها مثل الخوف ، والكراهية ، واليأس ، والإحباط ، والاكتئاب ؛ كل هذا . إن الأنا تتغذى على هذه المشاعر لأنها تصر على أنك تملك هوية منفصلة عن القوة الربانية التى جاءت بك إلى هذا الوجود . بطريق أو بآخر ؛ سوف تجد كل فرد من أفراد الجنس البشرى قد انساق لفكرة الانفصال والاتصال بالأنا . ومن ثم أصبح المرض والألم والحاجة للشفاء سمة مميزة للجنس البشرى .

ومع ذلك ، فليس هناك ما يفرض عليك أن تبقى سجين هذا الواقع . إن طاقة العزيمة تتمثل فى العودة إلى مصدر المثالية والكمال . إنها تنصب على المعرفة بأن الطاقة الشافية قائمة على الاتصال الوثيق بالطاقة الروحية ، فضلاً عن أن المصدر الواهب للحياة لا يعرف العقاب ، كما أنه يعوض كل من عاش المعاناة . أنت لست محتاجاً للشفاء لأنك كنت سيئاً أو جاهلاً أو لأنك ارتكبت خطأ فى حياتك الماضية وتعاقب عليه الآن . سوف تواصل مهما كانت تجربتك ومهما كانت الدروس التى يجب عليك أن تتعلمها فى رحلتك فى الحياة لأن كل هذا فى حالة اتساق مع الحكمة اللانهائية التى نطلق عليها اسم العزيمة .

فى كون أبدى ؛ يجب أن تنظر إلى نفسك وإلى الآخرين من مفهوم الأبدية . الأبدية تعنى أنك تملك فرصاً لا تحصى سوف تتجلى من خلال الجسد المادى للمساعدة فى إبداع أى شيء . كما ترى المرض فى جسدك وعقلك يخترق حياتك وحياة باقى البشر ؛ يجب أن تحاول أن تنظر إليه باعتباره جزءاً من الطبيعة اللانهائية لعالمنا . إن كان الجوع والأوبئة والمرض هى جزءاً من المثالية فى الكون ؛ فكذلك عزيمتك لوضع حد لمثل هذه الأشياء؛ إن هذه العزيمة أيضاً هى جزء من المثالية . والآن قرر أن تبقى مع عزيمتك - أولاً فى حياتك الشخصية ثم فى حياة الآخرين . سوف تتوافق عزيمتك مع عزيمة الكون الذى لا يعرف شيئاً عن الأنا والانفصال وكل التفكير فى المرض على أنه عقاب مستحق أو تأنيب على خطأ .

حوِّل عزيمتك إلى واقع

إليك فيما يلى برنامجى المكون من عشر خطوات لكى تزيد من قدرتك على شفاء نفسك وشفاء الآخرين :

الخطوة ١ : لا يمكنك أن تشفى أى شخص ما لم تشف نفسك . اعمل بالتضافر مع المصدر لكى تشعر بقدرتك على شفاء نفسك بنفسك . ركز كل طاقتك على معرفتك بأنك تملك طاقة لشفاء أى مرض بدنى أو نفسى ألم

بصحتك المثالية . تواصل مع طاقة الحب والطيبة والاستقبال والشفاء التى هى مجال العزيمة الذى نبعت منه . وكن على استعداد لقبول حقيقة كونك جزءاً من الطاقة الشافية للحياة . إن نفس هذه القوة التى تملك القدرة على شفاء جرح فى يدك ، والتى تجعل الجلد ينمو لتحقيق الشفاء الكامل ، هى القوة الكامنة فى كل من نفسك والكون . أنت هذه القوة وهى أنت ؛ فليس هناك ما يفصل بينكما . تعمد البقاء فى تواصل مع الطاقة الشافية لأنه يستحيل عليك أن تنفصل عنها إلا إن تواصلت مع أفكار الأنا المحبطة .

الخطوة ٢ : طاقة الشفاء التى تتصل بها فى كل وقت هى ما تملكه لكى تمنحه للآخرين . امنح هذه الطاقة بلا حدود وأبعد الأنا الخاصة بك تماماً عن عملية الشفاء . وتذكر كيف أجاب " سانت فرانسيس " عندما سئل عن سبب عدم علاجه لنفسه من الأمراض التى ألمت به وتسببت فى وفاته وهو فى الخامسة والأربعين من عمره ، حيث قال : " أردت لكل شخص أن يعرف أن الله هو الشافى " . إن " سان فرانسيس " كان قدر حرر نفسه من استحواذ الأنا وقرر أن يتمسك ويتشبث بعزمه لكى يعلم الآخرين أن الطاقة الربانية التى تعمل من خلاله هى التى تمده بكل الطاقة اللازمة للمساهمة فى شفاء المرضى .

الخطوة ٣ : رفع طاقتك بحيث تتوافق مع مجال العزيمة ؛ سوف تُقوى مناعتك ، وتزداد إفرازات إنزيمات الصحة فى المخ . إن هذا التحول من التشاؤم والغضب والمرارة إلى الحب والتفاؤل والطيبة والسعادة والبهجة والفهم هو ما يمثل فى الكثير من الأحيان المفتاح إلى رؤية تحقق معجزات الشفاء التلقائى من الأمراض الفتاكة .

الخطوة ٤ : امتثل لله وتوكل عليه . إنه شعار عظيم فى مجال الشفاء . كما أنه أيضا تذكرة رائعة فى عالم الشفاء . فبالامتثال ؛ سوف تنعم بالتبجيل والاتحاد مع مصدر الكمال . تذكر أن مجال العزيمة لا يعرف شيئاً عن الشفاء لأنه يمثل مثالية روحانية بالفعل كما أنه يُخلق من هذا المنظور . إن الأنا هى التى تخلق الفوضى ، والاضطراب ، وعدم

الانسجام ، والمرض فى عالمنا ، لذا فإن العودة إلى هذه المثالية الروحانية هو ما سوف يحقق الانسجام بين العقل والجسم والروح . عندما تستعيد هذا التوازن أو هذا الاتساق فهذا ما يطلق عليه اسم الشفاء ، إن المصدر لا يخلق إلا الصحة المثالية ، فيجب أن يحافظ الإنسان على هذه الصحة المثالية ، وهى ما يجب أن تمتثل لها .

الخطوة ٥ : لا تطلب الشفاء وإنما اطلب أن تعود إلى حالة المثالية التى نبعت منها . هنا يجب أن تكون عزيمتك لنفسك وللآخرين على نحو أصيل لا يقبل الجدال . فلا تدع أى شيء يتداخل مع عزيمتك على الشفاء وتحقيق الشفاء للآخرين . تخلص من كل السلبيات التى تعترض طريقك . ارفض الاستسلام إلى أية طاقة تضعف جسدك وعزيمتك . انقل هذا للآخرين . وتذكر أنك لا تطلب من المصدر أن يشفيك لأن هذا يفترض أن الصحة تنقصك فى حياتك ؛ ولكن المصدر لا يمكن أن يستجيب ويتفاعل إلا مع ما هو عليه بالفعل ، وأنت أيضا عنصر من عناصر هذا المصدر . أقدم على المصدر بوصفك كاملاً متكاملاً واحظر على نفسك كل أفكار المرض واعلم أنك بتواصلك ثانية مع المصدر ؛ وملء نفسك بهذا المصدر ومساعدة الآخرين على فهم ذلك ؛ سوف تصبح الشفاء نفسه .

الخطوة ٦ : اعلم أنك محاط بحب لا يقدر . ابحث عن أسباب تشعرك بأنك فى حالة طيبة وجيدة . فى اللحظة التى تشعر فيها بأن هناك أفكاراً تسبب لك المرض أو الضيق ؛ ابذل قصارى جهدك لكى تغير هذه الأفكار إلى أفكار تدعم شعورك بأنك فى حالة طيبة وإن بدا لك ذلك مستحيلاً ؛ ابذل قصارى جهدك لكى لا تقول شيئاً بالمرة . ارفض التحدث عن المرض واعمل على تنشيط الأفكار التى تبشر بالشفاء والصحة التامة . تصور نفسك معافى وخالياً من أى عجز . ابحث عن فرص تجعلك بالفعل تقول لنفسك : أشعر أننى فى حالة طيبة . بأننى عازم على اجتذاب المزيد من هذا الشعور الطيب وعازم على منحه إلى كل من يحتاج إليه .

الخطوة ٧ : أدرك قيمة الصمت . العديد من الأشخاص الذين عانوا من أمراض مزمنة تمكنوا من العودة إلى مصدرهم من خلال الطبيعة والتأمل الصامت . اقض وقتاً في ممارسة التأمل الهادئ وتصور نفسك متحداً مع مجال الصحة المثالية للعزيمة . اتحد مع هذا المصدر المانح لكل ما هو جيد وحسن ومارس التواصل مع الطاقة الروحية العليا واستشعرها وهى تسرى فى كيانك كالنور .

إن التأمل هو دائماً عقارى الشافي . فعندما أشعر بأننى منهك ؛ فإن قضاء بعض لحظات في حالة صمت تكفى لكى أستعيد تواصلى مع ذبذبات الطاقة الأكثر ارتفاعاً والمتمثلة فى مشاعر الحب والطيبة التى تعمل على تنشيطى . عندما أشعر بأننى لست على ما يرام ؛ فإن بضع لحظات من الهدوء تجعلنى أتواصل بشكل مقصود مع كل ما يمنحه لى الله من كل ما أحتاج إليه ليس فقط لكى أشعر بأننى فى حالة جيدة وإنما لكى أساعد الآخرين على فعل نفس الشيء . إننى أتذكر دائماً كلمات " هرمان ميلفيل " الخالدة التي تقول : " إن الصمت هو طريق التواصل مع الله " .

إليك بعض السطور المقتبسة من خطاب أرسلته لى " داربى هربرت " ؛ والتى تعيش الآن فى " جاكسون هول ؛ وومينج " . فعلى مدى أكثر من عقدين ؛ بقيت تناضل شعورها بأنها مستغلة وتراقب جسدها وهو فى حالة تدهور . فنزعت إلى الطبيعة والصمت والتأمل . سوف أكرر هنا كلماتها (بعد أن طلبت منها الإذن بذلك) :

> على مدى عام عشت فى حالة مادية متردية فى منزل . ولكى أخلص نفسى من هذا المجال المنخفض للطاقة ، ومن براثن الإدانة التى يكيلها لى الآخرون ؛ انتقلت إلى " جاكسون هول " أى ما يبعد عن المكان الذى كنت أعيش فيه بألفى ميل . وسرعان ما بدأ سحر المكان وروعته وسكينته تسرى فى نفسى بشكل مباشر . لقد عشت فى صمت على مدى عامين . لقد تحول التأمل والتقدير إلى سبيلى فى الحياة . إن تركى للطاقة المنخفضة وتحولى إلى الطاقة الأكثر ارتفاعاً ؛ بمساعدتك ؛ قد حقق لى المعجزات. تحولت من نزيف العين ، والأمراض الداخلية ، والالتهاب السحائى ، وآلام العضلات المبرح إلى الصحة الكاملة والقدرة على تسلق المرتفعات والتزلج لمسافات

طويلة . لقد بدأت شيئاً فشيئاً أتخلص من العقاقير الخطيرة التى كنت أتعاطاها لعلاج هذه الأمراض . وأنا أدرك يقيناً أننى أستطيع أن أحقق هذا الهدف . لقد أرشدتنى إلى طريق الخير والصلاح وسوف أبقى ما حييت ممتنة إليك . ليباركك الله ألف مرة يا " واين " لأنك اتبعت فطرتك الطيبة وساعدت الآخرين على العثور عليها . أتمنى أن تتسنى لى الفرصة يوماً ما لأعبر لك عن امتنانى بشكل شخصى . حتى هذا اللقاء ؛ سوف نبقى فى تواصل .

الخطوة ٨ : لكى تتمتع بالصحة ؛ يجب أن تتعرف جيداً على الكلية التى تشكل أنت جزءاً منها . يمكنك أن تكف عن رؤية نفسك بصفتك جسداً مادياً ، وتغرق نفسك فى فكرة الصحة المطلقة . يمكن أن يتحول هذا إلى بطاقة تعارفك الجديدة . عندها سوف تتنفس فقط كل ما هو طيب وجيد ولن تفكر إلا فى الصحة المثالية وسوف تنفصل عن كل مظاهر المرض فى العالم . وسرعان ما سيقتصر ما تراه فى الآخرين فقط على المثالية . سوف تقف صامدا بفضل أفكارك الصادقة الراسخة عن الصحة ولن تتحدث إلا عن الإمكانات اللانهائية لشفاء وقهر أى مرض . هذه هى هويتك التى تستحقها عن الكلية وأنت تعيشها وكأنك أنت ومصدرك الذى خلقك وحدة واحدة لا تتجزأ . هذه هى الحقيقة المطلقة ويمكنك أن تسمح لهذه الهالة الديناميكية للكلية بأن تشبع وتحرك كل فكرة تعتريك إلى أن تستحوذ عليك تماماً . هذا هو طريقك إلى الشفاء ؛ إنه ينبع من هذه المعرفة الداخلية والوثوق بالكلية .

الخطوة ٩ : اسمح للصحة بأن تتدفق فى حياتك . التفت جيداً إلى المقاومة التى تتداخل مع التدفق الطبيعى لطاقة الصحة إليك . تتمثل هذه المقاومة فى شكل أفكارك . إن أية فكرة شاذة عن الأوجه السبعة للعزيمة هى فكرة مقاومة وأية فكرة توحى إليك بأنه يستحيل أن تُشفَى هى فكرة مقاومة . وأية فكرة تنم عن شك أو خوف هى فكرة مقاومة . وعندما تراقب هذه الأفكار ؛ يجب أن تلاحظها بشكل دقيق ثم تسعى بشكل متعمد إلى تنشيط الأفكار المانحة للطاقة ؛ والتى تملك توازناً ذبذبياً مع مصدر العزيمة المانحة .

الخطوة ١٠ : ابق فى حالة امتنان دائم . كن ممتنا لكل نفس تتنفسه وكن ممتناً لكل أعضائك الداخلية التى تعمل مع بعضها البعض فى حالة انسجام ... وكن ممتناً لجسدك ككل ... وكن ممتناً للدم الذى يتدفق فى عروقك ...... وكن ممتناً لعقلك الذى يسمح لك باستخدام هذا الفيض من الكلمات ، وعينيك اللتين تسمحان لك بأن تقرأ . انظر إلى المرآة مرة واحدة على الأقل يومياً واشكر القلب الذى يواصل خفقانه والقوة الخفية التى تحرك هذه الدقات . ابق فى حالة امتنان . هذه هى أضمن وسيلة للتواصل مع الصحة المثالية النقية الخالصة .

* * *

تبدو إحدى رسائل سيدنا عيسى عليه السلام إلى البشرية مناسبة لما قدمته فى هذا الفصل عن عزيمة الشفاء :

إن منحت ما تحمله بداخلك
فإن ما سوف تمنحه سوف ينقذك
وإن لم تمنح ما بداخلك
فإن ما لم تمنحه سوف يدمرك

إن ما تحمله بداخلك هو طاقة وقوة العزيمة . ليس هناك مجهر على سطح الأرض يمكن أن يكشف عنه . يمكنك أن تعثر على مركز الأوامر بواسطة تكنولوجيا الأشعة ولكن الآمر فى هذا المركز سوف يبقى خفياً مستتراً لأنه يفوق كل أدوات القياس الأكثر تقدماً . إنك أنت هذا الآمر . ويجب أن تسمح لنفسك بأن تعيش حالة انسجام تذبذبى مع أعظم آمر على الإطلاق ويجب أن تطلب منه أن يساعدك بدلاً من أن تسمح لنفسك بأن تبقى فى حالة يأس .



الفصل الرابع عشر

إن عزمي هو : أن أقدِّر عبقريتي وأعبر عنها

" يولد كل إنسان عبقرياً ، ولكن الطريقة التي نعيش بها هي التي تقضي على هذه العبقرية " .

- " بوكمنستر فولر "

انظر إلى كل بني البشر على أنهم يحملون بداخلهم نفس درجة الوعي ، وأن الإبداع والعبقرية هي سمات مميزة ملازمة لهذا الوعي . ومن هذا المنطلق ؛ سوف تجد أن العبقرية هي إمكانية كامنة بداخلك وبداخل كل كائن بشري . أنت تملك العديد من لحظات العبقرية في حياتك . إنها الأوقات التي تتجلى لك فيها فكرة نابهة وتسعى لتنفيذها حتى إن كنت أنت فقط الشخص الوحيد الذي يدرك مدى تميز هذه الفكرة . ربما تخلق بهذا شيئا مبهراً للغاية إلى الحد الذي يبهرك أنت شخصياً . ثم تأتي بعض اللحظات الأخرى التي تسدد فيها الضربة الصحيحة مثلاً في لعبة الجولف أو مباراة تنس ؛ عندها سوف تدرك بسعادة غامرة الإنجاز الرائع الذي حققته . أنت عبقري .

قد لا تكون قد فكرت فى نفسك على أنك شخص يملك عبقرية كامنة بداخله . ربما تكون قد فكرت بأن العبقرية هى حكر على أشخاص مثل " موزارت " و" مايكل أنجلو " و" أينشتين " و " مدام كورى " و " فيرجينيا وولف " و" ستيفين هو كينج " وغيرهم ممن شهد التاريخ بإنجازاتهم . ولكن ضع فى اعتبارك أنهم جميعا قد اشتركوا معك فى جوهر نفس الوعى والإدراك . لقد نبعوا من نفس طاقة العزيمة التى نبعت أنت منها . لقد شاركوك جميعاً فى نفس قوة الحياة الدافعة . إن عبقريتك هى جزء من وجودك ؛ ولكنها فى انتظار الظروف المناسبة لكى تكشف وتعبر عن نفسها .

ليس هناك ما يدعى بالحظ أو المصادفة فى هذا العالم الذى يخضع فيه كل سبب إلى مسبب . إن كل شيء ليس متصلاً فقط بالشيء الآخر ، وإنما لا يوجد شخص ينفصل عن المصدر الكونى للعزيمة . والعبقرية ؛ بما أنها إحدى مواصفات المصدر الكونى ؛ فيجب أن تكون كونية مما يعنى أنها لا تقف عند حد ولا تعرف القيود . إنها متاحة لكل كائن بشرى . ولكنها يمكن أن تتاح ، بل وتتجلى بصور مختلفة بين شخص وآخر . إن صفات الإبداع والعبقرية هى صفات كامنة بداخلك ؛ فى انتظار قرارك بأن تتوافق مع طاقة وقوة العزيمة .

تغيير مستوى طاقتك للتواصل مع العبقرية الكامنة بداخلك

فى كتابه الرائع " Power vs. Force " ؛ كتب " ديفيد هوكينز " يقول : " تُعرف العبقرية على أنها أحد أنماط الوعى التى تتميز بالقدرة على الوصول إلى أنماط الطاقة الجاذبة المرتفعة . إنها ليست شيئاً يمكن امتلاكه . وهى ليست شيئاً يتسم به الإنسان . إن كل الأشخاص الذين نشهد لهم بالعبقرية ينكرون هذه العبقرية . إن التواضع هو إحدى السمات الملازمة للعبقرية ؛ لأن الشخص العبقرى يرجع دائماً هذه السمة إلى تجليات طاقة أعلى منه " . إن العبقرية هى سمة القوة الخالقة (الخلق هو

السمة الأولى من أوجه العزيمة السبعة) وهي السمة التي تسمح لكل الخلق المادي بالتشكل . إنها تعبير عن قدرة الله .

لا يملك أي ممن نطلق عليهم صفة العبقرية – سواء كان " سير لورنس أوليفييه " الذي يلعب دور " هاملت " على المسرح ، أو " مايكل جوردن " الذي يحوم برشاقة وخفة في ملاعب كرة السلة ، أو " كلارنس دارو " وهو يترافع أمام المحلفين ، أو " جوان أوف أرك " وهو يقود الأمة ، أو السيدة " فوهرير " مدرستي في الصف الثامن وهي تمثل إحدى القصص في الفصل الدراسي - أن يفسر منبع سر قدرته على الأداء على هذا النحو . لقد شوهد " سير لورنس أوليفييه " وهو في حالة ذهول بعد أن قدم أعظم عرض مسرحي لمسرحية " هاملت " على الإطلاق في لندن . وعندما سئل عن سبب ضيقه بعد كل هذا التصفيق الذي كان يدوي كالبرق بعد العرض ؛ أجاب (سوف أعيد صياغة رده) : " أعلم أن هذا العرض كان من أفضل عروضي ؛ ولكنني لا أعرف كيف وصلت إلى هذا المستوى في الأداء ؛ من أين نبع هذا الأداء ؛ كما أنني لن أستطيع أبداً أن أصل إلى هذا المستوى ثانية " . إن الأنا والعبقرية نقيضان متنافران . إن العبقرية تقوم على الإذعان والامتثال إلى المصدر أو استعادة التواصل معه على نحو هائل يحد من الأنا إلى أقصى حد . وهذا هو ما يعنيه الدكتور " هوكينز " بالوصول إلى الأنماط العليا للطاقة .

الطاقة العليا هي طاقة النور ؛ وهي عبارة عن طريقة لوصف الطاقة الروحية . إن الأوجه السبعة للعزيمة هي التي تكوِّن هذه الطاقة الروحية . فعندما تحيل أفكارك ومشاعرك وأنشطتك الحياتية نحو هذه الآفاق وعندما تثبط الطاقة المنخفضة للأنا ؛ سوف تشرع القوة الربانية بداخلك في الهيمنة . إنه أمر تلقائي حتى أنه يشع ويتحرك بسرعة تفوق سرعة أفكارك . وهو ما يفسر عجزك عن الكشف عن الأسباب التي ارتفعت بمستوى أدائك على نحو مذهل . إن مستوى الطاقة الأعلى يفوق فكرك بالفعل ويعيش حالة انسجام تذبذبي مع مصدر طاقة العزيمة . بينما تتحرر من الأنا وهيمنتها على أفكارك (الأنا التي تقنعك بأنك من يفعل كل هذه الأشياء المدهشة ، وبأنك أنت الذي يقف وراء كل هذه الإنجازات

الخارقة) ؛ سوف تتصل بطاقة العزيمة . وهذا هو مكمن العبقرية الحقيقى .

هناك الكثير من الأشخاص الذين يعجزون كلية عن التعرف على عالمهم الداخلى حيث مكمن عبقريتهم ؛ ظناً منهم بأن العبقرية لا تقاس إلا عن طريق الأعمال الفنية والثقافية . تبقى العبقرية لذلك فى هامش فكرهم ؛ تبقى غير ملاحظة حتى عندما يفتشون داخل أعماق أنفسهم ، بل وربما يؤثرون سلباً على هذه العبقرية ويقوضونها ! إن كنت قد تعلمت أن تتجنب النظر إلى نفسك بإعجاب وانبهار فإنك على الأرجح سوف تقاوم هذه الفكرة . سوف تعجز عن رؤية جانبك العبقرى إن كنت قد تربيت على وجوب قبول حياتك كما هى وعدم المبالغة فى التفكير والنظر إلى نفسك بوصفك شخصاً عادياً ليس أكثر ، وعدم الإفراط فى التطلع إلى ما هو أفضل لكى لا تصدم .

ولكننى أريدك أن تتفكر قليلا فيما قد يبدو لك على أنه فكرة متطرفة : إن العبقرية يمكن أن تتجلى بطرق عدة تختلف باختلاف الكائنات البشرية . أنت طرف مشارك فى كل مجال من مجالات الإنجاز البشرى . وأنت متصل بكل كائن بشرى عاش أو سوف يعيش على ظهر الأرض ؛ كما تشترك فى نفس طاقة العزيمة التى تدفقت عبر " أرشميدس " و "ليوناردو دافنشى " و " مريم العذراء " و " جوناس سالك " . يمكنك أن تصل إلى هذه الطاقة . على المستوى الأكثر عمقاً ؛ سوف تجد أن كل الأشياء وكل الأشخاص مكونون من ذبذبات تتخلل البنية الكاملة للكون . أنت تشترك فى هذه الذبذبات وأنت تعيش فى هذا المجال .

إن نقطة البداية هى معرفة وفهم أن هذا المستوى للطاقة وأداء الوظائف الذى يطلق عليه اسم " عبقرية " يكمن بداخلك . من هنا يجب أن تشرع فى قهر شكوكك بشأن الدور الذى تؤديه فى الحياة . التزم برفع مستوى طاقتك لكى تعيش فى حالة انسجام تذبذبى مع مجال العزيمة برغم كل محاولات الأنا الخاصة بك وبغيرك لإثنائك عن هذا .

وقد عبر عن هذا المعنى الدكتور " فاليرى هانت " فى كتابه : Infinite Mind : Science of Human Vibrations of Consciousness بقوله :

" تتواجد الذبذبات المنخفضة فى الواقع المادى ؛ أما الذبذبات المرتفعة فتتواجد فى الواقع الصوفى ؛ أما النطاق الكامل للذبذبات فيوجد فى الواقع الممتد " . ولكى تحقق هذه العزيمة المتمثلة فى تقدير عبقريتك والتعبير عنها ؛ يجب أن تناضل من أجل الوصول إلى هذا النطاق الكامل للذبذبات . هذه هى فكرة التوسع ؛ التى تعتبر بالغة الأهمية فى طريقك إلى معرفة إمكاناتك الحقيقية . هذا هو ما وقعت عليه عندما غادرت العالم الروحانى عديم الشكل للعزيمة . لقد ساعدت فى خلق جسد وحياة للتعبير عن عبقريتك الداخلية التى ربما تكون قد سجنتها فى غرف مظلمة لا يمكن الوصول إليها .

توسيع واقعك

إن القوة الكونية التى خلقتك فى حالة توسع دائم ؛ وهدفك هو أن تحقق انسجاماً مع المصدر ومن ثم استعادة طاقة العزيمة . إذن فما الذى يحول دون توسعك فى الواقع الصوفى ونطاق الذبذبات الكامل الذى يشير إليه الدكتور " هانت " ؟ تعجبنى الإجابة التالية لـ " ويليام جيمس " ؛ الذى كثيرا ما يطلق عليه اسم أب علم النفس الحديث : " العبقرية تعنى ما يفوق قليلا القدرة على التصور بشكل تقليدى " . لكى توسع واقعك بحيث يتوافق مع الاتساع الشاسع للمجال الخالق للعزيمة ؛ يجب أن تتخلص من عاداتك الفكرية القديمة . لقد أثرت عليك هذه العادات القديمة إلى الحد الذى جعلك تسمح بإلصاق المسميات بنفسك . هذه المسميات تنعتك بعدة طرق.

لقد نبعت معظم هذه المسميات من أشخاص آخرين بحاجة إلى أن يصفوك ، لأنهم يشعرون بأنهم أكثر أمناً عند التنبؤ بما لا يمكن أن تصبح عليه عما يمكن أن تصبح عليه . " فقد يقولون مثلاً إنها لم تظهر يوماً موهبة فنية حقيقية ، أو إنه شخص كسول ولن يصبح بطلاً رياضياً ، أو لم تكن الرياضيات أبدا مادتها المفضلة ، أو إنه خجول قليلاً لذا فإنه لن يجيد التعامل مع الجمهور" . ربما تكون قد سمعت هذه التعليقات كثيراً إلى الحد

الذى جعلك بالفعل تصدقها . لقد تحولت هذه التعليقات إلى طريقتك المعتادة فى التفكير بشأن قدراتك وإمكاناتك . وقد عبر " ويليام جيمس " عن ذلك بقوله بأن العبقرية تعنى أن تحدث تحولا فى تفكيرك بحيث تتخلص من هذه العادات وتبقى متفتحا ومستقبلا لكل احتمالات أن تكون عظيم الشأن .

لقد سمعت مثل هذه التعليقات النمطية من قبل بشأن الكتاب والخطباء منذ كنت شابا صغيرا . إن كنت كاتبا ؛ فأنت منطو وهذا يعنى أنك لن تصبح خطيباً جيداً . وقد قررت أن أتخلص من هذه الطريقة المبرمجة المقولبة فى التفكير من خلال تمسكى بكونى أستطيع أن أتفوق فى أى شيء أنا عازم ومصمم على فعله وإنجازه . لقد اخترت أن أصدق أننى عندما جئت إلى هذا العالم الذى يملك شكلاً وحدوداً ؛ لم أكن أحمل أية قيود . لقد جئت إلى هنا من طاقة العزيمة التى لا تعرف الحدود أو القيود أو المسميات والتى تكون فى حالة توسع دائم . وقد قررت أننى سوف أكون كاتبا منفتحا على سرائر نفسى ، ومتحدثاً وخطيباً مفوهاً منفتحاً على الجمهور فى آن واحد . وهكذا كسرت كل القيود الاجتماعية المعتادة والطرق التقليدية فى إلصاق المسميات بالأشخاص . يمكننى أن أصبح عبقريا وأن أبرع فى أى مجال ؛ إن تعلمت ـ وفق ما أكده أبو علم النفس الحديث ـ طرق تصور تتعدى حدود الطرق التقليدية . يمكننى أن أغنى أغانى رقيقة ؛ كما يمكننى أن أنظم الشعر العاطفى ؛ ويمكننى أن أرسم وفى نفس الوقت وفى نفس الجسد يمكننى أن أتفوق فى عالم الرياضة ؛ أية رياضة ؛ كما يمكننى أن أشكل قطعة أثاث رائعة ، كما يمكننى إصلاح سيارتى ، واللهو مع أبنائى ، وركوب الأمواج فى المحيط .

لاحظ نفسك بطرق تسمح لك بالتوسع فى مجال الإمكانات اللانهائية التى تملك القدرة على تحقيقها . قد تقرر ـ مثلما قررت أنا ـ أن إصلاح السيارة ، وركوب الأمواج فى المحيط ليست من الأشياء التى سوف تستمتع بها . إذن اطرح هذه الأنشطة جانباً واتركها لغيرك واستخدم عبقريتك لكى تمارس الأعمال التى تشعرك بالبهجة وتجتذبك . وسع واقعك إلى الحد الذى يمكنك من إنجاز وممارسة ما تحب عمله والتفوق فيه . انخرط فى

الطاقات التى تزيد من الثقة ، والتفاؤل ، والتقدير ، والتبجيل ، والسعادة ، والحب . هذا يعنى أن تحب ما تفعله وأن تحب نفسك وأن تحب عبقريتك التى تسمح لك بالإغراق فى أى نشاط والاستمتاع به إلى أقصى حد .

ثق ببصيرتك . إن تقدير عبقريتك هو أمر ينطوى على الوثوق بذلك الوميض الداخلى للبصيرة المبدعة التى تستحق التعبير . مثل الأغنية التى قمت بتأليفها فى خيالك . ومثل القصة الغريبة التى ظلت تراودك والتى يمكن أن تتحول إلى فيلم رائع . أو الفكرة المجنونة بشأن الجمع بين الحبوب والجزر فى ثمرة واحدة وابتكار خضراوات ملونة . أو تصميم السيارة الجديدة الذى طالما حلمت به . أو خط الموضة الجديد الذى سوف يحتل الصدارة . أو اللعبة التى يحلم كل طفل باقتنائها . أو المعزوفة الموسيقية المبتكرة التى تدور فى عقلك . إن كل هذه الأفكار وغيرها من آلاف الأفكار الأخرى هى تجسيد لعبقرية الإبداع بداخلك . إن هذه الأفكار التى تدور فى خيالك هى منحة من الله . إنها ليست تجسداً للأنا التى تحيط مثل هذه الأفكار بالشك والخوف . كما أن هذه البصيرة هى وحى إلهى . إن عقلك المبدع هو تجسيد للكيفية التى تتذبذب بها ذاتك العليا فى انسجام مع مجال العزيمة الذى يعيش حالة إبداع دائمة .

إن قهر الشكوك التى تتعلق بتدفق البصيرة سوف يسمح لك بأن تعبر عن هذه الأفكار وبأن تشرع فى التصرف والتحرك بناء عليها . إن امتلاك الأفكار ثم إخمادها ظناً منك بأنها ليست جيدة بما يكفى أو أنها لا تستحق أن تتحرك من منطلقها هو إنكار الصلة التى تربطك بطاقة العزيمة . أنت تملك رابطة تصلك بالعزيمة ولكنك تسمح لها بأن تضعف باستسلامك للعيش عند مستوى عادى من الوعى المرتبط بالأنا . تذكر أنك مخلوق ربانى وتذكر تلك الشعلة أو هذا الوميض العبقرى الذى يسرى فى خيالك ـ هذا الصوت الداخلى التلقائى ـ ما هو إلا نفحة إلهية تذكرك بمدى تفردك . أنت تحمل هذه البصيرة الداخلية لأن هذه هى تحديداً وسيلة بقائك متصلا بالعبقرية

المبدعة التى جاءت بك إلى الحياة . وكما سبق وذكرت ؛ إن الوثوق بنفسك هو الوثوق بالحكمة التى خلقتك .

إياك ؛ ثم إياك أن تنظر إلى أية فكرة مبدعة على أنها أى شيء سوى أنها تعبير عن عبقريتك الداخلية . إن معيارك الوحيد هنا هو أن هذه الأفكار يجب أن تكون فى حالة انسجام تذبذبى مع أوجه العزيمة السبعة . إن الأفكار الداخلية التى تنم عن الكراهية ، والغضب ، والخوف ، واليأس ، والدمار لا تملك ببساطة القدرة على توليد أية أفكار خلاقة . إن الطاقة المنخفضة والأفكار التى تهيمن عليها الأنا يجب أن تستبدل وتحول إلى طاقة العزيمة . إن أى حدس يحثك على الإبداع هو حدس تلقائى حقيقى وصادق ؛ إنه حيوى وهو يستحق أن تلتفت إليه وتعبر عنه . إن حقيقة كونك قادراً على تصور الفكرة هو دليل صدق الفكرة . إن أفكارك صادقة وحقيقية ، فهى طاقة خالصة تناشدك أن تلتفت إليها وتتواصل مع طاقة العزيمة التى تتجلى فى الحياة من خلال عدة مستويات ، غير أنك تنظر إليها على أنها أمر عادى أو طبيعى . عند هذه المستويات ؛ يعد كل شخص عبقرياً .

تقدير العبقرية فى الآخرين . إن أى شخص تتفاعل معه يجب أن يشعر بهذا التوهج الداخلى الذى ينبع من تقدير الآخرين له ؛ وخاصة حينما يلقى التقدير على الطرق التى يعبر بها عن إبداعه . هناك حقيقة مهمة تمثل جوهر دعم تدفق طاقة العزيمة ؛ وهى أن تكون رغبتك فى استخراج وتقدير العبقرية غير المساوية لرغبتك فى استخراج وتقدير عبقريتك الشخصية . إن تقدير العبقرية فى الآخرين يجتذب مستويات مرتفعة للطاقة الفعالة بداخلك . إن رؤية تقدير العبقرية المبدعة سوف يجعلك تبادر بالاستعداد لتلقى الطاقة المبدعة من مجال العزيمة .

يتميز ابنى " ساندز " ـ الذى يبلغ من العمر خمسة عشر عاماً – بطريقة فريدة لركوب الأمواج تختلف عن كل شخص آخر يمارس نفس الرياضة فى المحيط . وأنا أشجعه على عمل كل ما يتراءى له بشكل تلقائى والتعبير عنه بمنتهى الفخر . كما أنه ابتكر لغة تواصل فريدة تشبه اللغة التى

ابتكرها أخي " ديفيد " والتي اكتسبها وتعلمها منه غيره من أقاربنا ومعارفنا المقربين . إن ابتكار لغة يتحدث بها الآخرون عمل عبقري ! لقد دأبت على قول ذلك لابني " ساندز " وأخي " ديفيد " ؛ الذي ظللت أستخدم لغته على مدى أكثر من نصف قرن . أما ابنتي " سكاي " فهي تملك صوتاً ملائكياً أحبه ، وإنني أخبرها بذلك وأقول لها بأن هذا تعبير عن عبقريتها .

إن كل أطفالي وأطفالك أيضا (بما في ذلك الطفل الذي بداخلك) يملكون مواصفات لا تضاهي تتجلى في الطرق التي يعبرون بها عن أنفسهم . ويتضح ذلك من خلال الطريقة التي يرتدون بها ملابسهم ، إلى الوشم الصغير ؛ إلى الطريقة التي يوقعون بها أسماءهم إلى تأنقهم إلى السمات المتناقضة في شخصيتهم ؛ يمكنك أن تقدر عبقريتهم هذه . لاحظ وقدّر عبقريتك أنت أيضاً . عندما يكون شأنك شأن أي شخص آخر ؛ لن يبقى أمامك إلا أن تعيش في حالة اتساق مع السياق العام .

انتهج مبدأ رؤية التجلي الرباني في كل شخص تقابله في حياتك . وابحث عن شيء تقدره في الآخرين ؛ وكن على استعداد لأن توضح للآخرين الميزات التي تراها فيهم ، ولأي شخص على استعداد للإنصات . وعندما ترى هذه الميزات في الآخرين ؛ سرعان ما سوف تشرع في إدراك أن هذه الإمكانية متوافرة في كل البشر ؛ بما في ذلك أنت شخصياً . إن إدراكك لجانب العبقرية في ذاتك هو جزء أساسي من الديناميكية . وكما يخبرنا الدكتور " هوكينز " في كتابه Power vs. Force : " إلى أن يدرك الشخص العبقرية في نفسه ؛ سوف يجد صعوبة في إدراك العبقرية في الآخرين " .

العبقرية والبساطة . ابدأ بإدراك العزيمة المقصودة في هذا الفصل بعدم تعقيد حياتك قدر الإمكان . إن العبقرية تزدهر في ظل البيئة القائمة على التأمل ؛ حيث لا تكون كل دقيقة مشحونة بالأعباء والواجبات أو الإصغاء إلى كل من يسدى إليك نصيحة ويصر على مشاركتك الدائمة في كل ما هو عادى وشائع . العبقرية بداخلك لا تحتاج أن يقر بها الآخرون لكنها تحتاج

إلى توفير مكان آمن لازدهار الأفكار . إن العبقرية لا تعنى تحقيق نسبة مرتفعة فى اختبار الذكاء المعقد وليست هى النبوغ فى أى مجال من مجالات الجهد البشرى المعروفة منذ القدم . إن العبقرية الحقيقية هى القدرة على الاستمتاع بأداة إلكترونية على مدى ساعات ، أو التسكع فى الحديقة ، أو مراقبة أنماط التواصل بين الخفافيش فى ليلة مقمرة . إن الحياة غير المعقدة التى لا تسمح بتدخلات الغير سوف تسمح لك فى جلسة بسيطة أن تطلق العنان لعبقريتك المبدعة لكى تعبر عن نفسها . إن هذه البساطة التى تقيم علاقة مع طاقة العزيمة هى ما سوف يسمح بازدهار عبقريتك .

حوِّل عزيمتك إلى واقع

إليك فيما يلى برنامج الخطوات العشر لتقدير عزيمتك والتعبير عن عبقريتك :

الخطوة ١ : أعلن عبقريتك ! لا أعنى بذلك أن تعلنها على الملأ وإنما عبر عن ذلك بعبارة عزم بينك وبين خالقك . ذكر نفسك بأنك جزء من قطعة فنية نادرة نبعت من المجال الكونى للعزيمة . أنت لست مطالباً بإثبات أنك عبقرى كما أنك لست بحاجة إلى مقارنة إنجازاتك بإنجازات الآخرين . أنت تملك موهبة فريدة سوف تقدمها لهذا العالم كما أنك شخص فريد فى تاريخ الخلق .

الخطوة ٢ : اتخذ قراراً بالانتباه إلى بصيرتك الداخلية بدرجة أكبر ؛ مهما كان حكمك السابق عليها تافهاً أو ضئيلا . إن هذه الأفكار التى كنت تنظر إليها على أنها أفكار سخيفة أو غير جديرة بالاحترام هى صلتك الخاصة التى تربطك بمجال العزيمة . إن الأفكار التى تبدو لك مستمرة ومتواصلة وخاصة إن كانت مرتبطة بأنشطة ومغامرات ، لا تطرأ على عقلك مصادفة . إن هذه الأفكار الملحة التى لا تتركك لحالك يجب أن ينظر إليها بوصفها حديثاً يوجهه إليك عزمك . إنه يقول لك إنك قد قررت أن تعبر

عن تفوقك الفريد . إذن لِمَ تصر على تجاهلك للعبقرية وتشبثك بكل ما هو دون ذلك ؟

الخطوة ٣ : بادر بالأفعال الإيجابية لتطبيق وتفعيل كل ما يوحى به حدسك الداخلى . إن أية خطوة فى طريق التعبير عن الحدس الطبيعى المبدع هى خطوة فى اتجاه تفعيل العبقرية الكامنة بداخلك - مثل البدء فى تأليف كتاب طالما حلمت بتأليفه مهما كان مقدار شكك فى قدراتك ، أو تسجيل أسطوانة مدمجة لنفسك وأنت تقرأ الشعر أو وأنت تغنى بعض الأغنيات التى كتبت كلماتها بنفسك ، أو شراء لوحة رسم وألوان وقضاء أمسيتك فى الرسم ؛ أو زيارة خبير فى المجال الذى يثير اهتمامك .

أثناء زيارتى لمصور لكى يلتقط لى بعض الصور - مؤخراً - أخبرنى هذا المصور بأنه منذ عدة سنوات رتب للقاء أحد أكبر المصورين وأكثرهم شهرة فى العالم وأن هذه الزيارة قد وضعته على أولى درجات السلم فى مجال عمله الذى يعشقه . لقد كان هذا الرجل - فى نظرى - عبقرياً . فلقد كان يعشق فن التصوير بدرجة هائلة . إن كل عوامل التحفيز التى تصرف هذا الرجل بناءً عليها سمحت له بأن يقدر العبقرية بداخله ؛ ثم جاء لقاء واحد مع رجل واحد فتعلم منه كيف يثق فى فطرته ويوظفها كوسيلة للتواصل بين عبقريته والعالم بأسره .

الخطوة ٤ : اعلم أن أية فكرة وكل فكرة تحملها عن مهاراتك واهتماماتك وميولك هي فكرة صالحة . لكى تدعم صلاحية هذه الأفكار ؛ اجعلها دائماً أمراً خاصاً . قل لنفسك إنها بينك وبين الله . إن أبقيت هذه الأفكار فى إطار المجال الروحى ؛ فلن تكون مطالباً بأن تقدمها إلى الأنا أو أن تعرض نفسك لحكم الأنا الخاصة بالآخرين من حولك . هذا يعنى أنك لن تقوض هذه الأفكار أو تقلل من شأنها بمحاولاتك لتفسيرها أو الدفاع عنها أمام الآخرين .

الخطوة ٥ : ذكِّر نفسك أن الانسجام مع الطاقة الروحية هو الطريق نحو عثورك على العبقرية بداخلك والتعبير عنها . فى كتابه .Power vs Force ؛ خلص " ديفيد هوكينز " إلى الآتى : " يبدو لى من خلال

الأبحاث التى قمنا بها أن اتفاق الشخص مع أهدافه ، وقيمه ، والطاقة الجاذبة العليا ، يكون أكثر اتساقاً مع العبقرية من أى شيء آخر " . يسير هذا فى توافق تام مع فهم طاقة العزيمة وتطبيقها . حوّل طاقتك بحيث تنسجم تذبذبيا مع طاقة المصدر . كن مقدرا للحياة وارفض أية فكرة تنم عن الكراهية ، أو القلق ، أو الغضب ، أو انتقاد الآخرين . ثق بنفسك لأنك مخلوق ربانى وهكذا سوف تزدهر عبقريتك .

الخطوة ٦ : مارس التواضع الجذرى أو الحقيقى . لا ترجع الفضل فى نجاحك فى أى عمل قمت به إلى مواهبك أو قدراتك الفردية أو تصرفاتك ، أو بصيرتك . كن دائماً فى حالة انبهار وذهول . حتى بينما أنا جالس هنا حاملاً قلمى فى يدى مراقبا للكلمات وهى تتدفق أمامى ؛ أبقى فى حالة ذهول . من أين تأتى هذه الكلمات ؟ كيف تستطيع يدى أن تترجم هذه الأفكار غير المرئية وتحيلها إلى كلمات وعبارات وفقرات مفهومة ذات معنى ؟ كيف تنبع الأفكار من الكلمات السابقة ؟ هل هذا بحق " واين داير " الذى يكتب أم أننى أشاهد " واين داير " وهو يضع الكلمات على الورق ؟ هل هذا تجل للقدرة الإلهية ؟ هل هذا ما قدر لى أن أفعله ؛ أن أدون هذه الرسائل قبل أن أظهر فى الأرض فى صورة طفل رضيع فى العاشر من مايو عام ١٩٤٠ ؟ هل ستعيش هذه الكلمات بعد موتى ؟ إننى أشعر بالانبهار حيال كل هذه الحقائق . إننى متواضع فى عجزى عن معرفة مصدر كل إنجازاتى . مارس هذا التواضع وأرجع الفضل فيما تقوم به لأى شيء آخر إلا الأنا الخاصة بك .

الخطوة ٧ : تخلص من أية مقاومة لتفعيل عبقريتك . إن المقاومة تظهر دائما فى شكل أفكار . راقب هذه الأفكار التى توحى بعدم قدرتك على التفكير فى نفسك بصفتك عبقرياً .... أفكار الشك فى قدراتك ....أو الأفكار التى تدعم افتقارك إلى الموهبة أو القدرة . إن كل هذه الأفكار تنم عن عدم توافق وعدم انسجام تذبذبى مع المجال الكونى للعزيمة . إن مصدرك يعرف أنك عبقرى . إن أية فكرة تحملها تتحدى هذا المفهوم هى بمثابة مقاومة سوف تعوقك عن تحقيق عزيمتك .

الخطوة ٨ : ابحث عن العبقرية في الآخرين . انتبه إلى مظاهر العظمة التى تلاحظها فى الآخرين قدر الإمكان . وإن لم تشاهدها للوهلة الأولى ؛ ابذل المزيد من الجهد الذهنى للبحث عنها . فكلما أصبحت أكثر ميلا للتفكير فى العبقرية ؛ تدفقت إليك بشكل طبيعى وسَهُلَ عليك تطبيقها على نفسك . وضّح للآخرين أوجه عبقريتهم ، وكن صادقاً مجاملاً قدر الإمكان . وعندما تفعل ذلك ، سوف تشع بطاقة الحب ، والطيبة والوفرة الفياضة والإبداع . وفى كون يعمل من خلال الطاقة والجذب ؛ سوف تجد أن كل هذه الصفات ستعود إليك .

الخطوة ٩ : اجعل حياتك سهلة وبسيطة . تخلص من أى تعقيد أو قواعد أو واجبات أو قيود أو ما يجب فعله ، أو ما لا يجب فعله . اطرد كل هذه المصطلحات من حياتك . إن تحرير حياتك من كل التعقيدات ، والتخلص من كل المهام الثانوية التى تشغل الكثير من وقتك ؛ سوف يمكنك من فتح قناة مع العبقرية الكامنة بداخلك . إن إحدى التقنيات الأكثر فاعلية لتبسيط حياتك هى أن تخصص عشرين دقيقة أو ما يقرب من ذلك يومياً ، وتقضيها فى حالة صمت وتأمل . كلما تواصلت بشكل مقصود ومتعمد مع المصدر ؛ زاد تقديرك لذاتك العليا التى هى المنبع الذى سوف تتجلى منه عبقريتك .

الخطوة ١٠ : ابق متواضعاً بينما تعيش حالة امتنان . إن العبقرية التى بداخلك لا تمت بصلة إلى عقل الأنا . كن ممتناً دائماً إلى مصدر العزيمة لأنه أمدك بقوة الحياة للتعبير عن العبقرية الكامنة بداخلك . إن الشخص الذى يرجع إلهامه ونجاحه إلى الأنا الخاصة به سرعان ما سوف يفقد قدرته ، أو قد يسمح لتقدير وانتباه الآخرين لعبقريته بالنيل منه وتدميره . ابق متواضعا وممتنا وسوف تبقى عبقريتك متدفقة فى حالة توسع لا ينتهى . الامتنان هو

إحدى القيم الروحية التى سوف تسمح لك بأن تعرف بأن هناك قوة أكبر من الأنا تعمل دائماً ، فضلاً عن كونها متاحة ومتوافرة دائماً .

* * *

وقد عبر " رالف والدو إمرسون " ، الرجل الذى أعتبره مصدراً لإلهامى اليومى والذى يطل علىّ من خلال صورته بينما أؤلف هذا الكتاب ؛ عن هذا المعنى بقوله : " أن تؤمن بأفكارك ؛ أن تؤمن بأن ما يصدق عليك فى صميم قلبك سوف يصدق على كل شخص غيرك ؛ هذه هى العبقرية " .

استوعب هذا الإدراك جيداً وطبقه فى حياتك . وهناك عبقرى آخر هو " توماس إديسون " يعلمنا كيف نفعل ذلك حيث يقول : إن العبقرية هى واحد بالمائة إلهاماً وتسعة وتسعون بالمائة عرقاً وجهداً " . هل بدأت تعرق ؟



الاتصال

" إن الإنسان فى عمليـة تغـير دائـم ، حيـث يتحـول إلى أشـكال لا تنتمـى إلى هـذا العالم ؛ فهو يكبر بمقيـاس الـزمن إلى أن يصـل إلى مرحلـة انعـدام الشـكل ، فربمـا يتحول إلى روح تهيم فى العالم العلوى . واعلم أنك لابد أن تتخلى عن شكلك قبل أن تبلغ النورانية "

- مقتبس من كتاب The Emerald Tablets of Thoth



الفصل الخامس عشر

ملامح شخص متصل بمجال العزيمة

" إن الشخص الذى يستطيع أن ينال ما يريده يستطيع أن يكون ما يريده "

- " إبراهام ماسلو "

إن الشخص الذى يعيش فى حالة اتصال مع المصدر الخالق لا يبدو مختلفاً عن باقى بنى البشر . إنه لا يرتدى زيا أو لباسا يكشف عن صفاته السامية . ولكن عندما تلاحظ أن الحظ يكون دائماً حليفهم فى الحياة ، حيث يبدو أنهم قادرون على تخطى جميع الصعاب ، وعندما تتحدث إليهم تدرك مدى التميز الذى يتمتعون به مقارنة بغيرهم ممن يعيشون حياتهم بمستوى إدراك عادى ، اقض بعض الوقت فى التحدث مع مثل هؤلاء الأشخاص المتصلين بطاقة العزيمة وسوف تشعر بمدى تفردهم .

إن هؤلاء الأشخاص الذين أطلق عليهم اسم المتصلين ، فى إشارة إلى انسجامهم مع مجال العزيمة ؛ هم الأشخاص المنفتحون على النجاح . ويستحيل أن تحملهم على التشاؤم بشأن إنجاز كل ما يرغبون فى تحقيقه

فى حياتهم . بدلا من استخدامهم للغة تشير إلى إمكانية عدم تحقق رغباتهم ؛ سوف تجدهم يتحدثون عن يقينهم الداخلى الذى يكشف عن معرفتهم العميقة والبسيطة بأن المصدر الكونى سوف يمدهم بكل شيء .

فلن تسمع أياً منهم يقول مثلاً إن حظه العاثر سوف يعوق نجاحه . إنما سوف تسمعه على الأرجح يقول عبارة كالتالية : " إننى عازم على فعل هذا الأمر وأنا أعلم أننى سوف أنجح " . ومهما بذلت من جهد لكى تثنيه بالإشارة إلى مبررات تنتقص من تفاؤله وإقباله فسوف يتخطى ببساطة ورضا كل هذه المعوقات . سوف يبدو هذا الشخص وكأنه يعيش فى عالم آخر ؛ عالم لا يعرف أسباب الفشل .

وإن اشتركت معه فى حوار حول هذه الفكرة ؛ فسوف يجيبك ببساطة قائلاً : " أنا أرفض التفكير فيما لا يمكن حدوثه لأننى سوف أجتذب تحديداً ما أفكر فيه ، لذا فإننى أفكر فقط فى الشيء الذى أعرف أنه سوف يحدث " . إنه لا يكترث بما حدث من قبل ، ويعرف مفهوم الفشل أو الاستحالة . كما أنه ببساطة لا يتأثر بمبررات التشاؤم . لقد أعد هذا الشخص نفسه وهيأها للنجاح وهو يعرف ويثق بالقوة غير المرئية المانحة لكل شيء فضلاً عن أنه مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالمصدر المانح لكل شيء وكأنه يملك هالة طبيعية تحيط به وتحول دون كل ما يمكن أن ينال أو يضعف من تواصله مع الطاقة المبدعة التى هى قوة العزيمة .

إن المتصل لا يركز فكره على ما لا يريده ؛ لأنه كما سوف يخبرك : " إن المصدر لا يملك إلا التجاوب مع سماته الذاتية ؛ أى مدده اللانهائى . فهو لا يمكن أن يتصل بالتقتير أو الأشياء الفاشلة لأن كل هذا ليس من سماته . فإن قلت للمصدر مثلا : " إن هذا لن يجدى على الأرجح " ؛ فسوف أحصل منه تحديداً على ما بعثته له ؛ لذا فإننى لن أفكر أبداً على نحو مخالف لما يراه المصدر " .

بالنسبة للشخص العادى الذى يخاف من المستقبل ؛ قد يبدو كل هذا على أنه هراء . وسوف يطلب من صديقه المتصل بأن يجرى اختباراً واقعياً وبأن يعيش العالم المادى الذى وجد فيه . ولكن المتصل لا ينفصل عن معرفته الداخلية . وسوف يخبرك ، إن أردت الإصغاء؛ بأننا نعيش فى

كون من الطاقة والجذب ؛ وأن سبب عيش الكثيرين في خوف وتقتير هو اعتمادهم على الأنا في تحقيق رغباتهم . الأمر بسيط ؛ هكذا سوف يخبرك . فقط استعد تواصلك وصلتك بالمصدر ؛ وسوف يتفق عزمك تماماً مع المصدر المانح لكل شيء .

بالنسبة للمتصل ؛ يبدو كل شيء بسيطاً . أبق أفكارك مركزة على كل رغباتك التي تود الحصول عليها . ابق متفقاً بشكل دائم مع مجال العزيمة ثم راقب كل الإشارات التي سوف تصلك من المصدر الخالق في حياتك . بالنسبة للمتصل ؛ ليس هناك ما يعرف بالصدفة . فهو ينظر إلى كل شيء وكل حدث حتى إن بدت الأحداث متنافرة وكأنها قد نسقت بناء على انسجام مثالي . إنه يؤمن بالتزامن كما أنه لا يندهش إن ظهر الشخص المثالي الذي يحتاج إليه في موقف ما ؛ أو عندما يتصل به شخص كان يفكر فيه ؛ هكذا بلا سبب ؛ أو عندما يصله كتاب على غير توقع في البريد لكي يمده بالمعلومة التي كان يبحث عنها أو عندما يحصل على المال اللازم لتمويل مشروعه فجأة .

إن المتصل لن يسعى للانتصار لوجهة نظره في المناقشة . فهو يملك من المعرفة ما يجعله يترفع عن بذل كل هذه الطاقة في الجدل أو الشعور بالإحباط ، لأنه يعلم أن هذا لن يجتذب إلا التصعيد والمزيد من الجدل . إنه يعرف ما يعرفه ؛ كما أنه لا يشغل باله بالتصدى ، أو خلق مقاومة مضادة لكل من يعيش حياته بطريقة مختلفة . إنه يقبل فكرة عدم وجود المصادفة في كون يملك قوة طاقة غير مرئية تتمثل في المصدر الذى يخلق بشكل مستمر ويمد كل من يتفهم قدرته بمدد لانهائي من كل ما يحتاج إليه . سوف يقول لك ببساطة ووضوح إن سألته : " إن كل ما عليك فعله للاتصال بمجال العزيمة هو أن تعيش حالة توافق تام مع مصدر كل شيء ؛ وقد اخترت أن أتوافق قدر الإمكان مع المصدر " .

بالنسبة للمتصل ؛ كل شيء يظهر في حياته يظهر بسبب قوة العزيمة التي قدرت لهذا الشيء أن يوجد . لذلك فهو يعيش حالة امتنان دائم ، كما يشعر بالرضا ويحمد الله على كل شيء حتى الأشياء التي تبدو له على أنها عوائق . إنه يملك القدرة والرغبة في رؤية المرض المؤقت على أنه

نعمة ، وهو يعرف فى صميم قلبه أن هناك بكل تأكيد شيئاً جيداً فى هذه الانتكاسة كما أنه يجد كل ما يبحث عنه فى كل شيء يظهر فى حياته . ومن خلال شكره ؛ يسعد ويعتز بكل ما لديه بدلاً من أن يسأل المصدر شيئاً بعينه ، لأن هذا يبدو كأنه يمنح القوة لما هو مفقود وناقص . إنه يتحد مع المصدر ويتفق معه فى الامتنان المبجل لكل ما يظهر فى حياته ؛ يقيناً منه بأن هذا يدعم العزم لكى يأتى تحديداً بما يحتاج هو إليه .

إن المتصل يصف نفسه بأنه يعيش فى حالة تقدير وانبهار . لن تسمعه على الأرجح يشتكى من شيء . كما أنه لا يبحث عن الأخطاء . إن أمطرت السماء ؛ فسوف يسعد ، علماً بأنه لن يحصل على ما يريده إن كان مسافراً فى يوم مشمس . وهذه هى الطريقة التى يستجيب بها إلى كل ما فى الطبيعة ؛ إنه يستجيب من خلال الانسجام القائم على التقدير . إن الثلج والهواء والشمس وأصوات الطبيعة كلها أشياء سوف تذكر المتصل بأنه جزء من عالم الطبيعة . إن الهواء ـ بغض النظر عن درجة حرارته أو سرعة الريح ـ هو هذا الهواء المبجل الذى يمنحنا أنفاس الحياة .

إن المتصل يقدر الحياة وكل ما فى هذا العالم . إن نفس الصلة التى تربطه بالطبيعة هى التى يشعر بها حيال كل الكائنات ؛ بما فى ذلك كل من عاش قبله وكل من لم يأت إلى هذا العالم بعد . إنه يملك إدراكاً للتوحد ولذلك فإنه لا يفرق بين شخص وآخر أو يشير إلى جماعة أخرى قائلا " هم " . وإنما سوف يعبر عن البشر جميعاً قائلا "نحن ". إن كان بوسعك أن تراقب عالمه الداخلى ؛ فسوف تكتشف أنه يتألم لألم الآخرين . وهو لا يعرف معنى العداوة ؛ بما أنه يعرف أننا جميعاً قد نبعنا من نفس المصدر الروحى . إنه يستمتع بكل الفروق فى الشكل والعادات بدلاً من أن يرفضها أو ينتقدها أو يشعر بأنها تشكل تهديداً عليه . إن اتصاله بالآخرين يملك طبيعة روحية ؛ ولكنه لا ينفصل روحياً عن أى شخص بغض النظر عن المكان الذى يعيش فيه ، والاختلاف الذى يفصل بينهما من حيث الشكل أو العادات . ويشعر المتصل من أعماق قلبه باتصال روحى بكل ما فى الحياة وكذلك بالمصدر الواهب للحياة .

إن هذه الصلة الرابطة هي التي تجعل المتصل مهيأ لاجتذاب المساعدة والمعونة في حياته لكي يحقق عزمه الذاتي . إن شعوره بأنه متصل يعني في عقله أنه لا يوجد على سطح الأرض مخلوق غير متصل اتصالاً روحانياً . وبالتالي فإن العيش في مجال العزيمة ؛ يعني أن النظام الكامل للحياة في الكون يتيح له الوصول إلى أى شيء يثير انتباهه لأنه بالفعل متصل مع نظام الطاقة الواهبة للحياة ، وكل مخلوقات هذه الطاقة . إن المتصل يقدر هذه الصلة الروحية ولا يبذل أية طاقة للانتقاص منها أو انتقادها . إنه لا يشعر أبداً بأنه منفصل عن مساعدة هذا النظام الكامل المانح للحياة .

ولذلك فإن المتصل لا يندهش أمام التزامن أو المصادفة على تحقق ما هو عازم عليه . إنه يعرف في قلبه أن هذه الأشياء التي تبدو على أنها معجزات قد ظهرت في حياته بشكل فورى لأنه كان بالفعل متصلاً بهذه الأشياء . سل أى متصل عن ذلك وسوف يجيبك قائلاً بأن السبب هو قانون الجذب . ابق متفقاً على المستوى التذبذبي مع مصدر الحياة الذى جاء بك وسوف يتعاون معك كل شخص وكل القوى والطاقات في مجال العزيمة لكي تحقق رغباتك . إن المتصل يعرف أن هذه هي الطريقة التي يعمل بها الكون . قد يصر البعض على أن الشخص المتصل ما هو إلا شخص محظوظ ليس أكثر ؛ ولكن الشخص الذى يتمتع بطاقة العزيمة يعرف أن الحقيقة تختلف عن هذا . يعرف أنه يملك القدرة على التفاوض بشأن وجود أى شيء يلفت انتباهه طالما بقي هو متسقاً مع الأوجه السبعة للعزيمة .

إن المتصل لا يتباهى بحظه السعيد وإنما هو في حالة امتنان دائم وتواضع جم . إنه يدرك تماماً الكيفية التي يعمل بها الكون وهو يعيش حالة توافق واتساق تام مع الكون بدلاً من تحديه أو البحث عن عيوبه . سل المتصل عن هذا الأمر وسوف يخبرك بأنه جزء من نظام طاقة ديناميكي ؛ طاقة تتحرك بسرعة فائقة وتذيب وتحيد كل الطاقات المتحركة الأكثر انخفاضاً في السرعة . لقد اختار المتصل أن يعيش في انسجام مع الطاقة الروحية غير المرئية . ولقد درّب أفكاره على التحرك عند مستوى الذبذبات العليا وبالتالي أصبح قادرا على التصدى لكل الذبذبات المنخفضة البطيئة .

إن المتصل يملك تأثيراً داعماً حافزاً عند اتصاله بكل شخص يعيش في مستويات طاقة منخفضة . إن سكينته تُشعر الآخرين بالهدوء والطمأنينة ، كما أنه يشع بتلك الطمأنينة وهذا السلام . إنه لا يعبأ بالفوز أثناء أي جدال أو اجتذاب الحلفاء . وبدلاً من أن يحاول إقناعك بالتفكير كما يفكر ؛ فإنه سوف يقنعك من خلال الطاقة التي يشيعها . سوف يشعر الشخص بأنه محبوب من قبل المتصل ؛ لأنه قد امتزج مع المصدر المانح للحياة ؛ الذي هو الحب .

سوف يقول لك المتصل بلا تردد إنه قد اختار أن يشعر بأنه في حالة جيدة بغض النظر عن كل ما يجرى من حوله أو الكيفية التي يحكم بها عليه الآخرون . إنه يعرف أن شعوره بأنه في حالة سيئة هو اختيار قد فرضه على نفسه ، وأن هذا الشعور لن يجدى في إصلاح أي موقف سيئ في العالم . لذا فهو يستخدم مشاعره كمرشد لتحديد كيفية حفاظه على اتساقه مع طاقة العزيمة . إن اجتاحه أي شعور سيئ بأية طريقة ؛ فسوف يستخدم هذا الشعور على أنه مؤشر بأنه قد حان وقت تغيير مستوى الطاقة بحيث يتفق مع الطاقة القائمة على المحبة والسكينة للمصدر . سوف يكرر على نفسه العبارة التالية : " أريد أن أشعر بأنني في حالة جيدة " ، وسوف يجعل أفكاره تنسجم مع رغباته .

إن كان العالم يعيش حالة حرب ؛ فسوف تجده يتطلع إلى أن يعيش في سعادة . إن تدهورت الحالة الاقتصادية فسوف يبقى متطلعاً لأن يعيش في سعادة . وإن ارتفعت معدلات الجريمة في مكان ما على سطح الأرض ؛ فسوف يبقى متطلعاً لأن يعيش في سعادة . وإن سألته إن كان يشعر بالتعاسة عندما تقع الكثير من الأحداث المؤسفة في العالم ؛ فسوف يبتسم لك ويذكرك بأن عالم الروح الذى هو الأصل الذى نبعنا منه جميعا يعيش في حالة سلام دائم وحب وانسجام وطيبة ووفرة فياضة وأن هذا هو المكان الذى اختار أن يعيش فيه . وسوف يقول لك إنه إن استسلم للمشاعر السيئة فلن يجتذب إلا المزيد من المشاعر السيئة في حياته .

إن المتصل لن يسمح ببساطة لصحته بأن تتأثر بفعل أي عامل خارجي ؛ مثل المناخ ، أو الحروب ، أو الوضع السياسي ، أو

الاقتصادى ، أو أى قرار يتخذه شخص من أصحاب الطاقة المنخفضة . إنـه يعمل مع مجال العزيمة مقتدياً بكل سمات المصدر الخالق .

إن المتصل يعيش حالة تواصل دائم مع الطبيعة اللانهائية . إنـه لا يخشى الموت ، وسوف يقول لك إن سألته إنه لم يولد أبداً وإنـه لـن يموت أبداً فى واقع الأمر . إنـه ينظر إلى الموت باعتباره نهاية حقبة معينة أو انتقاله إلى غرفة أخرى ؛ فهو مجرد مرحلة انتقالية . إنـه يشير إلى الطاقة غير المرئية التى جاءت بكل شيء إلى الوجود ويرى حقيقتها المجـردة . إن المتصل يشعر دائماً بأنه متفق مع كل شخص وكـل شـيء فـى الكـون ولـذلك فهو لا يشعر أبدا بأنه منفصل عن أى شخص آخر ، أو أى شـيء يحـب أن يجتذبه فى حياته . إن صلته غير مرئية وغير مادية ولكنها صلة مؤكـدة لا تعرف الشك . وبالتالى فهو يعتمد على طاقته الروحية الداخلية غير المرئية التى تحيط بكل شيء وتتخلله . إنه يعيش فى انسجام مع الـروح فـلا ينظر إلى نفسه على أنه منفصل بحال . إن هذا الإدراك والـوعى هـو مفتـاح رؤيـة الجانب التطبيقى لطاقة العزيمة فى الحياة اليومية .

لا يمكنك ببساطة أن تقنع المتصل بأن ما هو عازم عليه لـن يتحقـق لأنـه يثق فى اتصاله بطاقة المصدر ثقة لا حد لها . سوف يدعوك لكى تختـار مـا ترغب فى تحقيقه ثم يشجعك على التصرف وكأن ما تريد تحققه قد حـدث بالفعل . فإن عجزت عن فعل ذلك وسقطت فريسة الشك والخوف والقلـق ؛ فسوف يتمنى لك كل الخير ، ولكنه سوف يواصل طريقته التى يطلق عليهـا اسم " التفكير " من النهاية . إنه يملك القدرة على رؤية ما يود تحقيقه فـى حياته وكأنه قد تحقق بالفعل ، ولأن هذا التصور يكون حقيقياً بدرجة كبيرة فى فكر المتصل فإنه يتحول بالفعـل إلى واقـع. سـوف يقـول لـك صـراحة : " عندما تكون أفكارى منسجمة مع مجال العزيمة تكون أفكاراً ملهمة ، وهـذه هـى الطريقة التى اخترت أن أفكر بها . سوف تجد أنك عنـدما تتبـع هـذه الأفكـار عن كثب بدرجة كافية ؛ سوف تكون أفكاراً استثنائية وقـادرة علـى تحقيـق عزيمتك " .

إن المتصل شخص سخى وكريم بدرجة غير عادية . فلا تتحقق رغبـاتهم التى يريدون الحصول عليها إلا إذا تمنوا أفضل منهـا للآخـرين . إنـه يجـد

سعادة بالغة فى العطاء . ربما يتساءل البعض عن الكيفية التى يستطيع بها المتصل أن يحصل على أى شيء لنفسه ، ومع ذلك فإن حياة المتصل تكون زاخرة بالوفرة الفياضة كما لو لم يكن هناك شيء يريده لم يتحقق . وسوف يخبرك المتصل بأن سر طاقة العزيمة يكمن فى التفكير والتصرف على نحو يضاهى المصدر الواهب لكل شيء والذى نبع منه كل شيء . إنه دائم العطاء ؛ وقد اخترت أن أكون معطاءً أنا الآخر . كلما منحت وأعطيت زاد تدفق العطاء نحوى .

إن المتصل هو شخص ملهم بدرجة كبيرة . إنه يحيا فى عالم الروح أكثر من الجسد . وبالتالى فهو ملهم ، وهو فى نفس الوقت مصدر إلهام ؛ وذلك فى مقابل الشخص المطلع أو الزاخر بالمعلومات . إنه شخص يملك حساً قوياً لقدره . إنه يعرف سبب وجوده هنا وهو يعرف أنه يعدو كونه مجرد مجموعة من العظام والأعضاء والجلد والجسد المغطى بالشعر . إنه يعيش هذه الغاية وقد اختار أن يتجنب أى تشويش تفرضه مطالب الأنا . إنه يحمل تبجيلاً عميقاً لعالم الروح كما أنه يبقى فى حالة إلهام دائم من خلال تواصله مع المصدر .

إن الطاقة المرتفعة التى تميز الشخص المتصل هى طاقة المصدر ، وهى هذا التذبذب مرتفع التردد الذى يجلب مشاعر الحب حينما تظهر مشاعر الكراهية ويحيل الكراهية إلى حب . وبإمكان هذا الشخص استحضار الطاقة التى تحمل الرزانة الهادئة لتحل محل الفوضى وعدم الانسجام وتحيل الطاقة المنخفضة إلى طاقة مرتفعة قائمة على السلام . وعندما تكون متواجداً فى نفس المكان مع أى شخص يرفل فى مجال العزيمة ؛ سوف تشعر بتأجج نشاطك وبأنك قد أصبحت أكثر نقاءً وصحة وإلهاماً . إن المتصل لا يعرف الإدانة وإصدار الأحكام على الآخرين ؛ كما أنه لا يتأثر بأفعال وأفكار الآخرين . وهو كثيراً ما يُنعت ويُتهم بأنه متباعد ومنعزل لأنه لا يسمح لنفسه بالانخراط فى الأحاديث السطحية . سوف يخبرك عن الروح المانحة للحياة وسوف يخبرك بأن كل شخص على سطح الأرض يحمل هذه الروح بداخله كطاقة مانحة للقوة والخير . إنه يؤمن بذلك ويعيش فى ظل هذا الإيمان ويلهم الآخرين من هذا المنطلق .

بل إنه سوف يذهب لأبعد من هذا ؛ بأن يخبرك بأن أى خلل على ظهر الأرض مثل الزلازل ، والبراكين ، والظروف المناخية الصعبة ، ما هى إلا نتيجة خلل جماعى فى الإدراك والوعى البشرى . وسوف يذكرك بأن جسدك مصنوع من نفس مكونات الأرض وأن السائل الذى يحتوى عليه يمثل ثمانية وتسعين بالمائة من الدماء كان فى يوم من الأيام ماء المحيط ، وأن المعادن التى تشكل عظامنا هى نفس مكونات المعادن الأرضية . إنه ينظر إلى نفسه بصفته وحدة متحدة مع الكوكب ، ويشعر بمسئولية تجاه بقائه فى حالة انسجام متوازن مع مجال العزيمة لكى يساعد على استقرار وموازنة كل القوى فى الكون التى يمكن أن تصاب بالخلل عندما نعيش من منطلق الأنا المطلقة . سوف يخبرك المتصل بأن كل أفكاره ومشاعره ما هى إلا ذبذبات وأن تردد هذه الذبذبات يمكن أن يخلق اضطراباً - ليس فقط داخل أنفسنا وإنما داخل أى شيء مصنوع من نفس المادة .

سوف يشجعك المتصل على البقاء فى حالة انسجام قائم على التذبذب مع المصدر من منطلق إحساسه بالمسئولية بكوكب الأرض بأسره ، وهو ينظر إلى ذلك على أنه وظيفة حيوية يجب أن تتحقق . هذا ليس شيئاً يفكر فيه ويناقشه من منظور ذاتى خالص ، وإنما هذا هو ما يشعر به فى أعماق نفسه ويعيشه بشغف كل يوم .

بينما تراقب المتصل ؛ سوف تلاحظ أنه لا يطيل فى المرض أو العلل . إنه يتحرك فى حياته كما لو كان جسده يتمتع بصحة مثالية . إنه بالفعل يفكر ويشعر بأن المرض الذى أصابه لم يكن موجوداً من الأصل وهو يؤمن بأنه قد شفى بالفعل . ويؤمن بأنه سوف يجتذب النتيجة لأنه يعرف أن هناك عدة نتائج محتملة لأية حالة حتى إن بدت هذه الحالة مستحيلة العلاج بالنسبة لغيره . سوف يخبرك بأن إمكانية الشفاء موجودة فى المكان والزمان وأن المسار الذى سوف يمضى فيه المرض هو محض اختيار رؤيتك الشخصية . وتماما كما يؤمن بأن الأنظمة المزعجة الخارجية تتحول إلى أنظمة سلمية فى ظل سلامنا الداخلى ؛ فإنه يتعامل بنفس الطريقة مع أى مصدر إزعاج داخلى . سله عن قدراته الخاصة بالشفاء وسوف يخبرك بأنه قد شفى بالفعل وبأنه يشعر ويفكر من هذا المنطلق .

سوف يختفى مرضك وشكواك البدنية على الأرجح عندما تكون فى حضرة شخص متصل وصاحب طاقة مرتفعة . لماذا ؟ لأن طاقته الروحية المرتفعة سوف تستأصل الطاقة المنخفضة للمرض . تماما مثلما يعمل وجودك فى حضرة متصل ، على إشعارك بأنك فى حال أفضل لأنه يشيع ويشع طاقة قائمة على التقدير والرضا ؛ سوف تعمل هذه الطاقة على شفاء جسدك بمجرد تواجدك فى حضرة هذا المجال للطاقة .

إن المتصل يدرك حاجته لتجنب الطاقة المنخفضة . وسوف ينسحب بهدوء من أية بيئة عدوانية ؛ مفعمة بالعناد والتشبث بالرأى وسوف يرسل للأشخاص فى هذه البيئة دعاء صامتاً سوف يتدفق إليهم فى هدوء . إنه لا يقضى وقته فى مشاهدة العروض التليفزيونية القائمة على العنف أو قراءة الإحصاءات الخاصة بالحروب ومظاهر العدوانية . قد يبدو المتصل شخصاً مستكينا وغير مثير للاهتمام بالنسبة للشخص الشغوف بالشعور بالهلع أمام ويلات ما يجرى فى العالم . وبما أن المتصل لا يشعر بحاجة إلى أن يكون منتصراً أو محقاً أو مستحوذاً على الآخرين ؛ فإن طاقته تكمن فى قدرته على دعم الحالة المعنوية للغير بمجرد وجوده . إنه يتصل بوجهات نظرهم بالانسجام مع الطاقة المبدعة للمصدر . إن المتصل لا يشعر أبدا بأنه قد تعرض للهجوم لأنه لا يعرف الأنا عند التعبير عن رأيه .

إن المتصل يعيش حياته فى حالة توافق تذبذى مع مجال العزيمة . بالنسبة له ؛ كل شيء هو عبارة عن طاقة . إنه يعرف أن العدوانية والخوف وحتى الغضب من الآخرين ممن يؤمنون بالطاقات المنخفضة ويدعمونها وهو ما ينطوى على العنف من أى شكل ؛ لن يسهم إلا بمزيد من الدعم للنشاط المعوق فى العالم .

إن المتصل يرفل فى الطاقات المرتفعة السريعة التى تسمح له بأن يصل بسهولة إلى الطاقات الفطرية . إنه يملك معرفة داخلية عما سوف يأتى ويحدث . وإن سألته عن هذا ؛ فسوف يخبرك : " لا أستطيع أن أفسر هذا ؛ ولكننى فقط أعرف ذلك لأننى أشعر به فى قرارة نفسى " . وبالتالى فهو نادراً ما يشعر بالتخبط حيال ما يتوقعه أو ما هو عازم على إبداعه ...... وفعله . بدلاً من الشعور بالدهشة ؛ فإنه يتنبأ دائماً بنجاح

الأشياء . إن حفاظه على التواصل الوثيق مع طاقة المصدر ؛ يمكنه من تنشيط حدسه وفطرته وبصيرته نحو كل ما هو ممكن ونحو إنجاز كل شيء . إن معرفته الداخلية تسمح له بأن يتسم بالصبر اللانهائى وهو لا يشعر أبداً بالانزعاج من بطء تحقق عزمه .

إن المتصل يعكس عادة أوجه العزيمة السبعة التى تحدثنا عنها فى صفحات هذا الكتاب . سوف تجد أشخاصاً يتمتعون بدرجة كبيرة من الإبداع ؛ ليسوا بحاجة إلى إبداء الاتفاق مع الآخرين أو إنجاز الأشياء على النحو الذى يتوقعه الغير . إن المتصل يطبق فرديته فى إنجاز المهام وسوف يخبرك بأنه قادر على إبداع أى شيء يوجه تركيزه أو خياله نحوه .

إن المتصل شخص طيب ومحب للغاية . إنه يعرف أن الانسجام مع طاقة المصدر سوف يحقق له السمو الأخلاقى والطيبة المتناهية . ولهذا فإن المتصل لا يبذل جهدا فى أن يتسم بالطيبة . إنه يشعر بالامتنان الدائم لكل ما يظهر فى طريقه وهو يعرف أن إبداء الطيبة لكل ما فى الحياة والأرض هو الطريق إلى إبداء الامتنان . إن الاتسام بالطيبة سوف يشعر الآخرين بالرغبة فى رد الجميل والتعاون مع المتصل لكى يحقق عزمه . إن المتصل سوف يتصل ويجتمع بعدد لا حد له من الأشخاص الزاخرين بالحب والطيبة والكرم ، ممن يساعد بعضهم بعضا لتحقيق رغباتهم .

سوف تلاحظ كيف يرى المتصل الجمال فى العالم . فسوف يعثر دائماً على شيء يستحق تقديره . قد يستغرق فى جمال ليلة مقمرة ، أو ضفدع فوق ورق نبات السوسن. إنه يرى الجمال فى الأطفال ويرى الروعة والهيبة الطبيعية فى الشخص المسن . إنه لا يشعر برغبة فى إصدار الأحكام على أى شخص منتم إلى الطاقة المنخفضة ، وهو يعرف أن المصدر الخالق لا يأتي إلا بالجمال إلى هذا العالم المادى وهذا يعنى أن الجمال سوف يبقى متوافراً بشكل دائم .

إن المتصل لا يعرف أبداً كلمة " كفى " ! فهو يبقى فى حالة تساؤل دائم عن الحياة وهو ينجذب للأنشطة المختلفة ، ويعثر دائماً على شيء يستمتع به فى كل مجال من مجالات الجهد البشرى الخلاق المبدع ، وهو فى حالة توسع دائم لا يعرف حداً . إن انفتاح المتصل على كل شيء ،

وكل الإمكانات ، وصفته القائمة على التوسع الدائم ، هو ما يميز قدرته على التنبؤ وتحقيق رغباته . إنه لا يقول " كلا " أبداً للكون . مهما يكن ما ترسله له الحياة فإنه يقول دائماً : " الحمد لله ، أشكرك ، ما الذى يمكن أن أتعلمه ، وكيف يمكن أن أزداد نضجاً مما أتلقاه ؟ " إنه يرفض أن يحكم على شيء أو أى شخص يأتى به المصدر ، ولعل هذا السلوك القائم على التوسع الدائم هو ما يبقيه فى حالة توافق تام مع طاقة المصدر والانفتاح على كل ما يتلقاه من الحياة من خلال تلقى كل ما يمنحه إياه المصدر . إنه باب مفتوح لا يغلق أبداً أمام كل الاحتمالات . مما يجعله فى حالة تلق دائم للوفرة الفياضة التى تبقى فى حالة تدفق دائم .

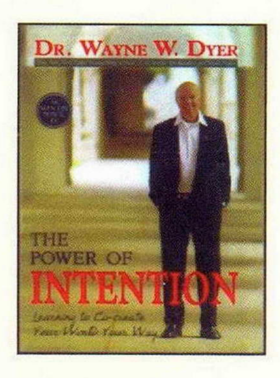
إن هذا السلوك الذى تشهده فى الشخص المتصل هو تحديداً السبب الذى يجعل هذا الشخص محظوظا فى الحياة . عندما تكون فى نفس المكان الذى يتواجد فيه فسوف تشعر بتجدد فى نشاطك ، وسوف تشعر بأهميتك فى الحياة ، وبأنك ملهم ومتحد . سوف ترى الأشخاص الذين تود أن تبقى بصحبتهم لأنهم يمدونك بالنشاط مما يشعرك بالقوة والدعم . عندما تشعر بالقوة والنشاط سوف تسير أنت نفسك مع تدفق الوفرة الفياضة لطاقة المصدر وسوف تحث لا شعورياً كل شخص آخر على فعل نفس الشيء . إن الاتصال لا يقتصر فقط على طاقة المصدر وإنما يمتد ليشمل كل شخص آخر وكل شيء آخر فى الكون . إن المتصل يعيش فى اتفاق مع الكون بأسره ومع كل جزىء من جزيئات الكون . إن هذا الاتصال هو الذى يتيح الطاقة اللانهائية للعزم ويجعلها ممكنة ومتاحة .

إن هذا الشخص الذى يملك إدراكاً راقياً يفكر من النهاية ويشعر بما هو عازم على تحقيقه قبل أن يتحقق بالفعل . كما يوظف مشاعره كمقياس لتحديد مدى توافقه وتزامنه مع طاقة العزيمة . إن شعر بأنه سعيد ؛ فإنه يدرك أنه فى حالة توافق تذبذبى مع المصدر . أما إن شعر بأنه فى حالة سيئة فسوف يعتبر هذا مؤشراً إلى حاجته إلى التكيف مع مستوى الطاقة . وأخيراً ؛ سوف يتصرف انطلاقاً من مشاعر العزيمة والشعور بالسعادة كما لو كان كل ما يريده قد تحقق بالفعل . إن سألت هذا الشخص ما الذى يمكنك

فعله لتحقيق رغباتك فسوف ينصحك بـلا تـردد بتغـيير نظرتـك إلى الأشـياء وسوف تتغير الأشياء بدورها .

إنني أستحثك بأن تقتدى بالعالم الداخلى للمتصل وأن تحـاول أن تصـبح مثله وأن تصبح قادراً على استعادة تواصلك مع طاقة العزيمة الرائعة .

سوف تنجح ؛ وأنا أضمن لك هذا !



أفكار من قوة العزيمة

"غيّر الطريقة التي تنظر بها إلى الأشياء، وسوف تتغير بدورها".

"لقد خلقت من أجل أن تحب، ويجب أن تحب من أجل أن تبدع".

"يجب أن توفق بين القدر وعزمك الخاص حتى تسيطر على طاقات حياتك".

"لو كنت تعاني من الشح، أو الكرب، أو الاكتئاب أو غياب مشاعر الحب، أو عدم قدرتك على جذب ما تريده إلى حياتك، فيجب أن تنظر بعناية إلى الكيفية التي جذبت بها هذه السلبيات إلى حياتك".

لن تستطيع أن تحل أي مشكلة بأن تشتكي منها".

"إن ما يجرح كرامتك هو ما يضعفك".

"إن هذه الطريقة الجديدة للنظر إلى الأشياء سوف تجعل الناس من حولك يشعرون بالراحة والسكينة، وسوف يشتركون معك في اتصالك بالعزم بطريقة غير مباشرة".

"لو كانت الحياة أبدية، فهذه إذن ليست حياة".

- دكتور "واين دبليو داير"

